اسلامی اُصول صحت

صحت وتندرستی اور لمبی عُمر کے سیدھے سادے بے نظیر و عالمگیر اصول

فضل کریم فارانی

بسم اللہ الرحمن الرحیم

معزز قارئین توجہ فرمائیں!

کتاب وسنت ڈاٹ کام پر دستیاب تمام الیکٹرانک کتب ....

- عام قاری کے مطالعے کے لیے ہیں۔

- مجلس التحقیق الاسلامی کے علمائے کرام کی باقاعدہ تصدیق واجازت کے بعد اَپ لوڈ (Upload) کی جاتی ہیں۔

- دعوتی مقاصد کی خاطر ڈاؤن لوڈ، پرنٹ، فوٹو کاپی اور الیکٹرانک ذرائع سے محض مندرجات نشرواشاعت کی مکمل اجازت ہے۔

☆ تنبیہ ☆

- کسی بھی کتاب کو تجارتی یا مادی نفع کے حصول کی خاطر استعمال کرنے کی ممانعت ہے۔

- ان کتب کو تجارتی یا دیگر مادی مقاصد کے لیے استعمال کرنا اخلاقی، قانونی و شرعی جرم ہے۔

﴿اسلامی تعلیمات پر مشتمل کتب متعلقہ ناشرین سے خرید کر تبلیغ دین کی کاوشوں میں بھرپور شرکت اختیار کریں﴾

- نشرواشاعت، کتب کی خرید وفروخت اور کتب کے استعمال سے متعلقہ کسی بھی قسم کی معلومات کے لیے رابطہ فرمائیں۔

اسلامی اصولِ صحت

صحت وتندرستی اور لمبی عمر کے سیدھے سادے بے نظیر و عالمگیر اصول

فضل کریم فارانی

☆☆☆

ادارۂ ثقافتِ اسلامیہ
۲۔کلب روڈ، لاہور

طبع سوم: مارچ 2003ء

تعداد: 1100

ناشر: ڈاکٹر رشید احمد (جالندھری)
ناظم ادارہ ثقافتِ اسلامیہ

قیمت: -/160 روپے

مطبع: مکتبہ جدید پریس، لاہور

اس کتاب کی طباعت و اشاعت اکادمی ادبیات پاکستان، اسلام آباد، انفاق فاؤنڈیشن، کراچی اور محکمہ اطلاعات و ثقافت، حکومتِ پنجاب کی مالی معاونت کی بدولت ممکن ہوئی ہے۔ شکریہ!

صحت اور ثبات

کے خواہاں

ہر صفائی پسند انسان

کے نام

فہرست مضامین

تمہید

اللہ تعالیٰ کی پہلی صفت جو قرآن کریم کی پہلی ہی آیت میں بیان کی گئی ہے، رب العالمین ہے۔ یعنی تمام جہانوں کا پیدا کرنے، پرورش کر کے درجہ بدرجہ اعلیٰ مقامِ ترقی پر پہنچانے والا ہے۔ جہاں تک اس کی صفتِ ربوبیت کا نوعِ انسان سے تعلق ہے، اس میں انسان کی جسمانی اور روحانی دونوں ترقیاں شامل ہیں۔ انسانی جسم اور روح کا نہایت گہرا باہمی تعلق ہے۔ ایک کی صحت مندی یا علالت دوسرے پر اچھا یا بُرا اثر ڈالتی ہے۔ اور اس کی ترقی میں ممد یا مزاحم ہوتی ہے۔

روحانی ترقی کے لیے قرآنِ کریم نے لاثانی لائحۂ عمل تجویز کیا ہے، لیکن اس کا یہاں بیان کرنا ہمارا مقصود نہیں ہے۔ انسان کی جسمانی ترقی اور اس کے بھی صرف ایک پہلو صحت و ثبات کی نسبت اس مختصر کتاب میں کچھ عرض کیا جائے گا۔

اسلام کا دعویٰ عالمگیر مذہب ہونے کا ہے۔ لہٰذا اس کے لیے یہ ضروری ہے کہ انسانی زندگی کے کسی پہلو کی نسبت تعلیم دیتے ہوئے ایسے اصول و ہدایات پیش کرے اور ان میں ایسی لچک ہو کہ ہر طبقۂ انسانی، ہر خطۂ ارضی اور ہر موقع و محل پر بغیر کسی دِقت کے ان کا اطلاق ہو سکے۔

اسلام:

قرآنِ کریم اور بانیٔ اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے انسانی صحت و ثبات سے متعلق ایسی تعلیم دی ہے کہ کسی اور شریعت یا مقتداء مذہب نے نہیں دی۔ روحانی تعلیم کی طرح یہ بھی عدیم المثال ہے۔ یہ محض دعویٰ نہیں ہے بلکہ مضبوط دلائل و بُرہان، شہادات و بیّنات، تجربات و مشاہدات اور حقائق و واقعات پر مبنی ہے۔

ہم یہ کہنے کی ہرگز جرأت نہیں کرتے کہ سابقہ مذاہب و ملل میں صحت و صفائی

نظرانداز کی گئی تھی، یا اصولِ حفظانِ صحت ان میں بالکل مفقود تھے۔ ہر مذہب و ملت میں پاکیزگی، طہارت، نہانے دھونے، خوشبو لگانے اور جلانے، صاف ستھرا لباس پہننے کا رواج تھا۔ ان کی نسبت اصول و ہدایات تھیں۔ لیکن ان کا ایک عمومی رنگ تھا۔ ترکیب و تفصیلات موجود نہ تھیں۔

اسلام نے سابقہ اصولِ حفظانِ صحت کے ساتھ بالکل نئے اور نرالے، نہایت مفید و کارآمد اصول و قواعد ملا کر اُنہیں یکجا جمع کر دیا۔ اور اُنہیں ایک ربط و نظام میں لا کر گویا نہایت قیمتی موتی ایک انتہائی موزوں و دیدہ زیب لڑی میں پرو کر دُنیا کے سامنے پیش کر دیے۔

بالکل ابتدائی زمانۂ اسلام میں حضرت محمد ﷺ کو اللہ تعالیٰ نے تاکیدی حکم دیا:

وثیابک فطھّر والرّجز فاھجر۔ ''اپنے کپڑے (لباس) صاف ستھرے رکھا کر اور ہر قسم کی غلاظت اور گندگی سے کُلّی پرہیز کیا کر۔'' (المدثر)

عربی زبان اتنی فصیح و بلیغ ہے کہ دُنیا کی کوئی اور زبان اس کا مقابلہ نہیں کر سکتی۔ ایک ہی لفظ میں صرف ایک دو حرفوں کی کمی بیشی اس کے معانی و مطالب میں بہت بڑی تبدیلی اور وسعت پیدا کر دیتی ہے۔ اسمِ نکرہ پر صرف **الف لام** لا کر اس کے معانی اتنے وسیع ہو جاتے ہیں کہ وہ اس چیز کی ہر قسم، ہر حالت، ہر مقدار پر حاوی ہو جاتے ہیں۔ اسے ''ال'' استغراق کہتے ہیں۔ اس کی مثال قرآنِ کریم کا پہلا ہی لفظ **الحمد** ہے۔ **حمد** کے معنی ہیں تعریف اور خوبی۔ لیکن اس پر ال لا کر اس کے معانی میں اتنی وسعت پیدا کر دی گئی ہے کہ اس میں ہر قسم کی تعریف اور خوبی جو وہم میں آ سکتی ہے، شامل ہے۔

پس **والرّجز فاھجر** میں رُجز پر ال کے آنے سے اس سے مراد ہر قسم کی رُجز یعنی نجاست و گندگی اور غلاظت و میل کچیل ہے، روحانی ہو یا جسمانی، انفرادی ہو یا اجتماعی، لباس سے متعلق ہو یا خوراک سے، مکان میں ہو یا گلی کوچے میں، عوامی گذرگاہوں میں پائی جائے یا آرام گاہوں میں، کثیر ہو یا بالکل قلیل، اس سے بچنے اور پرہیز کرنے کا تاکیدی حکم ہے۔

یہ دو حرفی بات، ایک نہایت مختصر مگر انتہائی طور پر جامع فقرہ وہ مرکزی نقطہ ہے جس

کے گرد حفظانِ صحت سے متعلق اسلامی تعلیم کے تمام احکام و ہدایات گھومتی ہیں۔ اور وہ سب اس تاکیدی عمومی حکم کی تفاسیر و تفاصیل ہیں۔ اگر اس تعلیم میں اور کوئی احکام و ہدایات صحت و ثباتِ انسانی کی نسبت نہ پائی جاتیں تو بھی یہی ایک حکم کافی تھا۔ لیکن باوجود اس کے اتنے تفصیلی، اعلیٰ، پُرحکمت اور مفید احکام اسلام میں موجود ہیں کہ ان کا عُشرِ عشیر بھی دوسرے مذاہب و ملل میں نظر نہیں آتا۔ اور دورِ حاضر کی متمدن اور ترقی یافتہ اقوام جو آسمان کی جانب پرواز کر رہی ہیں، باوجود اتنی علمی اور طبعی ترقی اور بلند بانگ دعووں کے ابھی تک صفائی و پاکیزگی کے اس مقام پر پہنچ نہیں پائیں، جس پر اسلام نوعِ انسان کو دیکھنا چاہتا ہے۔

اس ارشادِ الٰہیہ کے علاوہ خود حضرت بانی اسلام علیہ التحیۃ والسلام کے صحت و ثباتِ انسانی سے متعلق بعض عمومی ارشادات ملتے ہیں، جو نہایت مفید و کارآمد ہیں۔ مثلاً حضور صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''اللہ تعالیٰ خود پاک ہے اور پاکیزہ چیز پسند فرماتا ہے۔''(۱) ''اور صاف ستھرے رہا کرو کہ اسلام پاکیزہ مذہب ہے۔''(۲) نیز: ''اللہ تعالیٰ میل کچیل اور بکھرے بال پسند نہیں فرماتا۔''(۳)

ان مسائل پر بحث کرتے ہوئے دو مختلف الخیال اور متضاد الذہن مسلمانوں کے طبقے ہمارے پیشِ نظر ہیں:

اِس زمانے کا مُلّا یہ مسائل پیش کرتے ہوئے ساتھ ساتھ حق و حکمت کی رٹ بھی لگاتا رہتا ہے۔ لیکن جب کوئی شخص کسی حکم کی حکمت اور دلیل اس سے دریافت کرنے کی جرأت کرتا ہے تو وہ آپے سے باہر ہو کر اس بیچارے پر کفر کا فتویٰ جڑ دیتا ہے۔ نہ وہ خود اس کی حکمت و دلیل جانتا ہے اور نہ کسی اور کے لیے اس قسم کا علم حاصل کرنا پسند کرتا ہے۔ وہ تو ہر حکم و ہدایت کے بلاچون و چرا تسلیم کرنے پر سختی سے اِصرار کرتا ہے۔

اس کے مقابل پر دورِ حاضر کے مسلمانوں کا نوتعلیم یافتہ طبقہ ہے جس کا بیشتر حصہ مادیت اور مغربی فلسفہ کے سامنے ہتھیار ڈال کر احساسِ کمتری کا شکار ہو چکا ہے۔ وہ مغرب سے

---

(۱) مسلم۔

(۲) تنظفوا فان الاسلام نظیف۔

(۳) ان اللہ یبغض الوسخ والشعث۔

اُٹھی ہوئی ہر آواز پر خواہ اس کے اپنے اسلاف و بزرگان کی صدائے بازگشت ہی کیوں نہ ہو، لبیک کہنے کے لیے ہر وقت تیار رہتا ہے۔ اور اسے دورِ حاضر کی تحقیق و انکشاف قرار دیتا ہے۔ ان تأثرات اور مُلّا کی تنگ نظری کے باعث وہ اسلام سے ہی بدظن اور دُور ہو چکا ہے اور جب بھی اس تعلیم کے وہ اصول و احکام اس کے سامنے پیش کیے جائیں جن کی افادیت و فوقیت مسلّمہ ہو تو وہ اسے دقیانوسی قرار دے کر پیچھا چھڑانے کی کوشش کرتا ہے۔

احکامِ اسلام کے بلا دلیل ماننے پر مُلّا کے اصرار اور فلسفۂ جدیدہ کے دلدادہ کے انکار اور اس کے اسلامی تعلیم و تاریخ سے بُعد نے مخالفینِ اسلام کے ہاتھ میں ایک حربہ دے دیا۔ اور اُنہوں نے اسلامی تعلیم پر اعتراضات کی بوچھاڑ شروع کر دی۔ لیکن جب دلائل اور واقعات و بیّنات کی روشنی میں اس کی حکمت اور خوبیاں پیش کی گئیں، اور انہیں انکار کی کوئی گنجائش نہ رہی تو پینترا بدل کر اُنہوں نے اَور جانب سے حملہ شروع کر دیا۔ اور ایسے انداز میں اسے ہدف بنایا کہ تعلیم یافتہ طبقہ بے حد متاثر ہو کر حیران رہ گیا۔

وہ کہتے ہیں: بھلا ایک نہایت ہی وحشی، اُجڈ، جاہل اور انتہائی طور پر پسماندہ قوم کا ایک بالکل ہی ان پڑھ فرد کسی جید، بلند پایہ عالم فاضل کے سامنے زانوئے تلمذ خم کیے بغیر ایسی پُرحکمت اور اعلیٰ تعلیم پیش کر سکتا ہے؟

اس اُمّی عرب کی پیش کردہ تعلیم کی موسوی شریعت سے ایک حد تک مماثلت و مطابقت، اس کی اپنی قوم کی جاہلیت اور علمی بے مائیگی، بلکہ لکھنے پڑھنے سے بھی عار، یہود و نصاریٰ کی اس کے اپنے اور ہمسایہ ممالک میں موجودگی اور فی زمانہ انہی دو قوموں کی دُنیا بھر میں علم دوستی کا چرچا، جوانی میں اس کے شام وغیرہ کی جانب تجارتی سفر اور یہودیوں اور عیسائیوں سے اس کی ملاقاتیں یہ باور کرنے کے لیے بڑے زبردست قرائن ہیں کہ اس اُمّی کے پڑھانے اور سکھانے والے یہودی اور عیسائی علماء اور راہب تھے۔

یہ غلط اور بے بنیاد قیاسات ہیں جن کی تائید میں کوئی واقعاتی شہادت نہیں پیش کی جاتی۔ اس سے قبل بہت سے مسلمان علماء اور بزرگان اس قسم کے اعتراضات کے دندان شکن جواب دے چکے ہیں۔ لیکن چونکہ مخالفین آئے دن یہی اعتراض اُٹھاتے رہتے ہیں اور تعلیم یافتہ

طبقہ کے دل میں یہ ہمیشہ ہی کھٹکتا رہتا ہے، اس لیے اس کی نسبت یہاں مختصراً عرض کر دینا مناسب معلوم ہوتا ہے۔

موجودہ زمانے میں یہ اعتراض تو بامِ ترقی پر پہنچی ہوئی اقوام کے احساسِ برتری اور اسلام اور بانیٔ اسلام سے بُغض و کینہ کا نتیجہ ہے۔ یہ اقوام اپنے آپ کو تمام اور ہر قسم کی خوبیوں کا اجارہ دار سمجھتے ہوئے بالعموم کسی دوسری قوم میں کوئی بھلائی دیکھنا گوارا نہیں کر سکتیں۔ اور کوئی بھلائی اگر اس میں فی الواقعہ پائی بھی جائے تو اسے تسلیم نہیں کرتیں اور اگر تسلیم کریں بھی تو ہمیشہ اسی مفروضے کے ساتھ کہ اس قوم نے یہ خوبی انہی سے حاصل کی ہے۔

حضرت بانیٔ اسلام علیہ التحیۃ والسلام کا اُمّی یا بالکل اَن پڑھ ہونا مسلّمہ امر ہے، اور تاریخی واقعہ ہے۔ لکھنا پڑھنا اعلیٰ روحانی یا دنیاوی علوم کے حصول کے لیے لابدی ہے۔ اس کے بغیر تحصیلِ علم بالکل ناقص رہتی ہے۔ اور اگر ایک اَن پڑھ انسان کسی سے کچھ حاصل بھی کرے تو وہ اس عمدگی کے ساتھ دوسروں کے سامنے پیش نہیں کر سکتا جیسا کہ ایک لکھا پڑھا کر سکتا ہے۔

تاریخ اس پر گواہ ہے کہ قریشِ مکہ موسمِ گرما میں شام کی جانب تجارتی سفر کیا کرتے اور سردی میں لوٹ آیا کرتے تھے۔ یہ بھی تاریخی واقعہ ہے کہ محمد ﷺ اپنے عہدِ شباب میں نہایت محنت، امانت و دیانت سے کاروبار کیا کرتے تھے۔ آپ کا تجارتی کاروبار میں یہ انہماک اور اُن ملکوں میں قلیل مدتِ قیام اس کے ہرگز مقتضیٰ نہ تھے کہ آپؐ روحانی اور بلند پایہ علوم کی منتہیات تو کجا ان کی بلکہ کسی بالکل معمولی علم کی مبادیات پر بھی اَن پڑھ ہوتے ہوئے کچھ عبور حاصل کر سکتے۔

بعدِ دعویٔ نبوت، آپؐ کی زندگی اس قدر مصروف، مصائب و آلام سے پُر تھی کہ آپؐ کا کسی ''استادِ کامل'' سے اُن دنوں ملتے رہنا اور استفادہ و استفاضہ کرنا اور پھر اسے پردۂ راز میں رکھنا ناممکن تھا۔ آپؐ کی مدنی زندگی میں یہود و نصاریٰ کی مخالفت کھلم کھلا اور انتہا تک پہنچ گئی تھی۔ وہ کیسے آپؐ سے کسی قسم کا تعلق رکھ سکتے تھے۔ لطف یہ کہ مدینے کے یہودیوں کا چوٹی کا عالم عبداللہ بن سلام اسلام لا کر اُمّی نبی کے حلقہ بگوشوں میں شامل ہو گیا تھا۔ صرف یہی واقعہ سیکھنے سکھانے کے اعتراض کی زبردست تردید ہے۔

قرآنِ کریم پر جو اُمّی نبی کی پیش کردہ ساری تعلیم کا ماخذ ومنبع ہے، سرسری نظر ہی اس اعتراض کا بودا پن ظاہر کرتی ہے۔ نظریۂ توحید و رسالت، صفاتِ باری تعالیٰ توریت وانجیل کے پیش کردہ نظریات سے مختلف ہیں۔ اسلام کا صرف یہ عقیدہ کہ اللہ تعالیٰ بلا تخصیص ہر قوم و ملک میں اپنے برگزیدہ نبی بھیجتا رہا اور اس کے انعامات و برکات کی ہر قوم اس کی خوشنودی حاصل کر کے وارث بن سکتی ہے، یہودیوں اور عیسائیوں کے مسلّمہ عقائد کے صریحاً خلاف ہے، جن کی رُو سے تمام اقوامِ عالم میں صرف قومِ اسرائیل ہی ایسی قوم ہے جو اللہ تعالیٰ کے فضلوں اور رحمتوں کے لیے منتخب کر لی گئی ہے۔ اور اس کے علاوہ کسی اور قوم کے لیے آسمانی اور روحانی دروازے خالقِ مخلوق نے کھلے نہیں رکھے۔ گو جسمانی ضروریات کے لیے وہ تمام اقوام و ممالک پر بلا تخصیص حسبِ ضرورت ان کی ہمیشہ ہی مادی بارش برساتا رہتا ہے۔ یہ اختلاف بتاتا ہے کہ ایسے اعتراضات بالکل بے بنیاد، غلط اور خلافِ واقعہ ہیں۔

اسلام میں عالمگیر اخوت و مساوات، موسوی شریعت کے بالکل برعکس امامت و قیامت میں کسی طبقے، قبیلے یا خاندان کی تخصیص سے اسلام میں صریح امتناع و اجتناب، عبادات و رسومِ مذہبی میں انتہائی سادگی بتا رہے ہیں کہ شریعتِ موسوی ان کا ہرگز ماخذ نہیں ہے۔

شریعتِ موسوی میں قانونِ وراثت بالکل نامکمل شکل میں تھا لیکن قرآنِ کریم نے ایک ایسا مکمل قانونِ وراثت پیش کیا ہے جو اُس زمانہ کے یہودی و عیسائی علماء و فضلاء کے وہم و گمان میں بھی نہ تھا اور جس کے سمجھنے اور نافذ و اطلاق کرنے کے لیے علمِ حساب و ریاضی میں دسترس کی ضرورت ہے۔ زمانۂ حاضرہ کے یورپین ماہرینِ قانون جن میں یہودی بھی شامل ہیں، معترف ہیں کہ اسلامی قانونِ وراثت دُنیا کا مکمل ترین قانون ہے۔

وقف اور اس سے متعلقہ قوانین کا اسلام ہی موجد ہے۔ اسلام نے کثرتِ ازدواج پر کڑی پابندیاں لگائیں اور صنفِ نازک کے حقوق کی نگہداشت صحیح معنوں میں اسلام نے ہی بتائی، اور روحانی ترقی کے لیے مرد وعورت کے سامنے ایک ایسا میدان کھول دیا ہے۔ توریت و انجیل کی تعلیم کے برخلاف عورت گناہ کی موجد قرار نہیں دی گئی۔

قرآنِ کریم میں بار بار ساری دُنیا عربوں، عجمیوں، یہودیوں، عیسائیوں، موحدوں

اور بُت پرستوں کو للکارا گیا۔ آؤ، ایسی کتاب یا اس کی ایک سورۃ بلکہ چند آیات ہی مقابل پر تصنیف اور تیار کر کے لے آؤ، اور اس کتاب کو اس نبی کا اپنا گھڑا ہوا یا کسی اور سے سیکھا ہوا یا پڑھا ہوا کلام ثابت کرو۔ مگر تمام یہود و نصاریٰ بلکہ اس اُمّی نبی کے "پڑھانے اور سکھانے والے" بالکل خاموش ہو گئے حالانکہ اُس زمانہ میں یہودی اور عیسائی علماء کی علم دوستی کی ساری معلومہ دُنیا میں دھاک بندھی ہوئی تھی۔

پھر اُن دنوں جب مسلمانوں کی کوئی حیثیت و جمعیت نہ تھی اور وہ بُری طرح بٹ رہے تھے، اور ہر کس و ناکس کے ظلم و ستم کا اپنے ہی وطن مکہ میں تختۂ مشق بنے ہوئے تھے، اور ان کا ترقی کرنا یا قوت پکڑنا تو کجا، قریش کے پنجۂ ستم سے بچ نکلنے کا گمان بھی نہیں ہو سکتا تھا، قرآنِ کریم ببانگِ دُہل غیر مبہم الفاظ میں مسلمانوں کی بڑی ترقی، غیر معمولی طاقت حاصل کرنے، ان کے دشمنوں کی تباہی و بربادی اور ان کے پورے طور پر مغلوب ہونے کی اطلاعیں قبل از وقت دیتا رہا۔ کیا علمائے یہود و نصاریٰ نے جو خود بھی بانی اسلام علیہ التحیۃ والسلام کے خلاف اُٹھ کھڑے ہوئے تھے، اس قسم کی باتیں اپنے "شاگرد" کو پڑھا سکتے تھے؟

بے عمل یہودی علماء کو کتابوں سے لدے ہوئے گدھے قرار دے کر، عیسائیت کے بنیادی عقائدِ ابنیت و الوہیت، کفارہ اور تثلیث کو دُنیا کا سب سے بڑا فتنہ اور خطرہ بتا کر اُن دونوں قوموں کی غیرت وحمیت کو بھڑکایا۔ مگر پھر بھی کوئی مردِ میدان بن کر سامنے نہ آیا، اور کبھی یہ ثابت کرنے کی کوشش نہ کی کہ تم ہمارے ہی پڑھائے ہوئے ہمیں ہی گھورتے ہو۔

انتہائے حیرت و استعجاب ہے۔ یہودیوں اور عیسائیوں سے "چُرائی ہوئی تعلیم" میں ایک بالکل اُجڈ، وحشی، انتہائی طور پر پسماندہ لکھنے پڑھنے سے عار رکھنے والی درندہ سیرت قوم کے ایک بالکل اَن پڑھ، اُمّی فرد نے وہ روح پھونک دی اور ایسا جادو بھر دیا کہ صرف دس سال کے قلیل ترین عرصہ میں جو کسی قوم کی قومی ترقی میں کوئی حقیقت نہیں رکھتا، اور جس کی تاریخِ عالم میں مطلق کوئی مثال نہیں ملتی، اس بگڑی ہوئی ٹکڑے ٹکڑے قوم کی جسے خود عیسائی اور یہودی اُس زمانے میں ذلیل ترین قوم سمجھتے اور نہایت نفرت کی نگاہ سے دیکھتے تھے، کایا پلٹ دی۔ اور وحشی اور درندے اس عامل کے ایک ہی اشارے سے آنکھوں کے جھپکتے ہی انسان، انسان سے

با اخلاق انسان اور با اخلاق انسان سے با خدا انسان بنا دیے گئے۔ گویا درمیان میں ایک نہایت باریک پردہ حائل تھا۔ اُس جانب خونخوار درندے، افعی، اژدہے، سانپ، بچھو ایک دوسرے کو چیرتے پھاڑتے نظر آتے تھے اور پردے کی اِس جانب آتے ہی ان میں حیرت انگیز، معجزنما، عدیم المثال انقلاب پیدا ہو جاتا تھا، جس کے سمجھنے سے عقلِ انسانی قاصر ہے۔ ان کی ہیئت ایسی بدلتی کہ گمان بھی نہ ہوسکتا تھا کہ اس سے قبل اُن سے کوئی حرکتِ شنیعہ سرزد ہوا کرتی تھی۔

ذرا اُس عامل کی قوتِ قدسی کا مقابلہ وموازنہ بانی سلسلۂ موسوی یا عیسوی کی قوتِ قدسی سے توریت اور انجیل کے بیان کردہ واقعات کی روشنی میں تو کیا جائے۔

قعرِ مذلّت میں گری ہوئی قوم نے جس کی تاریخِ عالم میں کوئی مثال نہیں ملتی، اس اُمّی کی قیادت وسیادت میں نہ صرف انتہائی اخلاق اور روحانی ترقی حاصل کی بلکہ دُنیاوی علوم وفنون اور سیاست میں بھی قلیل ترین عرصے میں اسے محیرالعقل کامیابی نصیب ہوئی۔ بقولِ گلب پاشا مصنفِ عرب لیجین (عساکرِ عربیہ) اُس زمانے میں دُنیا کی دو عظیم ترین طاقتوں یعنی رومی اور ایرانی حکومتوں کے جو آٹھ صدیوں سے ایک دوسرے کو مٹا دینے کے لیے دست وگریباں چلی آتی تھیں، بیک وقت صرف آٹھ سال کے عرصے میں عربوں نے پرخچے اُڑا دیئے اور اس قلیل مدت میں اُن دونوں کو صفحۂ ہستی سے مٹا دیا۔

اس اُمّی کی تعلیم نے ایک صدی کے دسویں حصہ میں معجزانہ طور پر وہ کچھ کر دِکھایا جس کا دسواں حصہ بھی وہ تعلیم جسے دانشورانِ یورپ اسلام کا منبع و ماخذ قرار دیتے ہیں، موسیٰ علیہ اسلام کے زمانے سے لے کر طلوعِ آفتابِ اسلام تک بیس صدیوں کے طول طویل عرصے میں بھی نہ دِکھا سکی۔ یہ سکندر، نپولین وغیرہ کی فتوحات کی قسم کی کامیابی نہ تھی جس میں آندھی اور بگولے کا رنگ تھا بلکہ یہ ایک مستقل، دائمی اور نہ مٹنے والا انقلاب تھا جو اس اُمّی کے ہاتھوں مالک الملک اور عظیم ہستی نے برپا کرایا تھا۔

یہ ہیں مشکلات جن کے پیشِ نظر ہم نے حفظانِ صحت سے متعلق اسلامی تعلیم ایک نئے زاویۂ نگاہ سے پیش کرنے کی کوشش کی ہے۔

اسلامی تعلیم سے متعلق ایک اصولی بات یاد رکھنی چاہیے۔ قرآن کریم میں اللہ تعالیٰ

نے فرمایا ہے: ''تمہارے لیے اللہ کا رسولؐ بہترین نمونہ ہے[1]۔'' حضرت عائشہ صدیقہؓ، آپؐ کی زوجۂ مطہرہ سے جب دریافت کیا گیا کہ حضورﷺ کے اخلاق کیسے تھے؟ تو فرمایا: ''آپؐ کا خُلق قرآن تھا[2]۔'' یعنی ہر فعل و عمل حضورؐ کا قرآنی تعلیم کے مطابق تھا۔ بالفاظِ دیگر آپؐ قرآنی تعلیم کا مجسمہ تھے۔ اس لیے اگر کسی امر کی نسبت قرآنِ کریم یا آپؐ کا کوئی واضح حکم و ہدایت نہ بھی ہو تو بھی آپؐ کا عمل و طریق اس امر کی نسبت حکم و ہدایت کی حیثیت رکھتا ہے اور ہر مسلمان کے لیے قابلِ تقلید ہے۔

صحت و صفائی کے اصول و قواعد کی پابندی کی نسبت مسلمان ابتدا سے ہی بڑے محتاط رہے اور اس میں گہری دلچسپی لیتے رہے ہیں۔ بزرگانِ اسلام نے ایک ایک مسئلۂ پاکیزگی و طہارت میں اتنی مُوشگافیاں کی ہیں کہ ان پر ضخیم کتابیں تصنیف کر ڈالیں، جن سے ہر صاحبِ ذوق مستفیض ہوسکتا ہے۔ لیکن یہ ہمارے دائرہ سے باہر ہے کہ فلاں مسئلہ سے متعلق اسلام کے کیا احکام ہیں اور ہمارے اسلاف نے ان پر کیا بحثیں کی ہیں۔ ہمارا کام تو صرف اتنا ہے کہ یہ بتایا جائے کہ حفظانِ صحت سے متعلقہ اسلامی اصول و قواعد کہاں تک اور کیونکر قیامِ صحت و ثباتِ انسانی کے لیے مفید و کارآمد ہیں۔ اور اس لحاظ سے کس طرح اسلامی تعلیم کو فوقیت و برتری حاصل ہے۔

اس لحاظ سے اسلامی تعلیم کی برتری و فوقیت کا دعویٰ اور اس کے پیش کردہ اصولِ حفظانِ صحت پر بحث و تمحیص تخیل اور عقیدت مندی پر مبنی نہیں، بلکہ حتیٰ الامکان تقریباً ہر ہدایت و قاعدہ کی نسبت اس کے موافق اور مخالف یا مثبت و منفی ہر پہلو پر گہرا غور کر کے اسے ذاتی تجربہ میں لانے کے بعد ایک رائے قائم کی گئی ہے۔ اگر ان ہدایات پر عمل کر کے فائدہ اُٹھایا تو ان کی خلاف ورزی کر کے اور ان سے غفلت برت کر (اللہ تعالیٰ یہ گناہ معاف فرمائے) صحت پر بُرے اثرات کا بھی اندازہ لگایا گیا ہے۔ اور اس طرح ان کی حکمت و افادیت کا صحیح اندازہ لگانے میں بہت بڑی مدد ملی ہے۔

---

(۱) احزاب، ۳ع۔

(۲) ابوداؤد، باب الصلوٰۃ فی اللیل۔

مثلاً دانتوں کی باقاعدہ صفائی اور مسواک کے فوائد عیاں ہیں۔ مگر اس کا صحیح اندازہ تبھی ہو سکتا ہے، جب کچھ عرصے کے لیے اسے بالکل ترک کر دیا جائے، دانت اور مسوڑھے خراب ہو جائیں، منہ میں آبلے پڑ جائیں یا گلے میں سوزش پیدا ہو جائے۔ ناخن اور بدن کے بعض حصوں پر سے بال لینا آج کل عام رواج ہو گیا ہے۔ ایک عرصے تک اُنہیں بڑھنے دیا جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ صحت پر کتنا بُرا اثر پڑتا ہے۔ رفعِ حاجت کے بعد طہارت کرنے کا طریقہ اور غسل کرنے کی ترکیب و ترتیب اسلام کی بتائی ہوئی اور موجودہ مغربی یا تمدنی مروجہ طریق دونوں اختیار کر کے جب تک تجربہ نہ کیا جائے، کسی طریق کی بہتری یا فوقیت کا اندازہ لگانا مشکل امر ہے۔ چونکہ ان اصول و قواعد کا انسان کی صرف عملی زندگی سے تعلق ہے، اس لیے وہ لوگ جو ان سے ناواقف ہیں، ان کی افادیت کا صحیح اندازہ ان پر عمل پیرا ہو کر ہی لگا سکتے ہیں۔

سالہاسال کے ذاتی تجربات و مشاہدات، غور و فکر اور دوست احباب سے بحث کے علاوہ واقعات و مشاہدات اور طبی آراء بھی بڑی حد تک ان معروضات کے پیش کرنے میں ممد و معاون ہوئی ہیں۔ اور ایک عرصے سے جی چاہ رہا تھا کہ اپنے آقا و مولا اُمّی نبی حضرت محمد ﷺ نے جو بھاری احسان نوعِ انسانی پر اس لحاظ سے کیا ہے، اسے کتابی شکل میں پیش کر کے حفظانِ صحت سے متعلق اسلامی تعلیم کی فوقیت و برتری ثابت کی جائے۔ فالحمدللہ کہ اس کی توفیق ملی۔

لیکن میں یہ کہنے کی جرأت ہرگز نہیں کرتا کہ جہاں تک حفظانِ صحت سے اسلامی تعلیم کا تعلق ہے، یہ کتاب تمام اصول و ہدایات پر حاوی اور مکمل ہے۔ اور نہ یہ کہہ سکتا ہوں کہ اس میں پیش کردہ ہر حکم و ہدایت کی اہمیت و افادیت کا ہر پہلو بیان کر دیا گیا ہے۔ اسلامی تعلیم تو ہر لحاظ سے کامل و اکمل ہے۔ اگر قارئین پیش کردہ نظریات میں کوئی خامی یا نقص پائیں جس کا بہت امکان ہے تو وہ اس تعلیم میں کسی نقص کے باعث نہیں ہوگا بلکہ میری علمی بے مائگی، اور بے ہُنری کی وجہ سے ہوگا۔

لیکن اس کتاب کا مطالعہ کرتے ہوئے قارئین یہ امر نظرانداز نہ فرمائیں کہ اسلام کا

عالمگیر مذہب ہونے کا دعویٰ ہے۔ وہ بلاتخصیصِ ملک، قوم، رنگ اور آب و ہوا ہر انسان کے لیے ہدایت پیش کرتا ہے۔ اور ایسا مذہب وہی ہوسکتا ہے جس کی پیش کردہ تعلیم پر نوعِ انسان کا ہر طبقہ اپنے خاص ماحول میں بسہولت اور بلادقت عمل کر سکے۔

دُنیا کی بہت بڑی اکثریت مالی اور اقتصادی لحاظ سے اس قدر پسماندہ ہے کہ وہ اپنی تمام ضروریاتِ زندگی کے بیشتر حصے سے محروم ہے۔ اور بہت ہی تھوڑی اقلیت جو عالمی آبادی کا ایک فی صد بھی نہ ہوگی، دُنیا کی پیداوار کے بیشتر حصے سے فائدہ اُٹھا رہی ہے۔ دُنیا کی دو تہائی آبادی تو نہایت بُری حالت میں زندگی بسر کر رہی ہے۔ چنانچہ فریڈرک تابہ فرانسیسی ماہر اعداد و شمار، اور پیدائش و امواتِ انسانی نے رسالہ پاپولیشن (آبادی) میں لکھا ہے: میرے اندازے کے مطابق ۱۹۱۹ء اور ۱۹۵۰ء کے درمیان دُنیا کے پسماندہ علاقوں نے گو نسبتاً اپنی پیداوار بڑھالی ہے، مگر دس بنیادی اشیاء میں سے سات میں ان کا صَرف کم ہوگیا ہے۔ مجموعی لحاظ سے دُنیا کی دو تہائی آبادی بنیادی اشیاء کا پانچ فی صد سے بھی کم حصہ اپنے مصرف میں لاتی ہے۔ (ماخوذ از امریکن سہ ماہی رسالہ فارن افیرز یعنی امورِ خارجہ، ص ۲۹۷۔ بابت ماہ جنوری ۱۹۵۸ء)۔

اسی طرح آرنلڈ ٹوائن بی مشہور مورخ نے امریکیوں کو اپنی آسودہ حالی اور عیش و عشرت اور روس میں اشیائے صرف کی کمی پر ناز کرنے کی نسبت زجر و توبیخ کرتے ہوئے لکھا ہے: ''ایشیائی اور افریقی تو اس فکر میں رہتا ہے کہ اسے اپنے بال بچوں کے لیے نانِ شبینہ کیونکر میسر آئے گی اور آنے والے موسمِ برسات میں اُن کے سر چھپانے کے لیے وہ کسی جھونپڑے کا انتظام کر بھی سکے گا یا نہیں۔ اور تم (امریکی) اسے اپنی آرام گاہوں، یخ دانوں اور موٹر کاروں کی نسبت بتا کر گویا اس کے افلاس پر وحشیانہ طریق سے پھبتی اُڑا رہے ہوتے ہو اور وہ اپنے آپ کو ذلیل محسوس کر رہا ہوتا ہے۔''

بین الاقوامی مجلس کے خاص فنڈ کے مینجنگ ڈائریکٹر مسٹر پال ہاف مین نے آکسفورڈ کی کمیٹی برائے انسدادِ قحط کے اجلاس ۱۲ر مئی ۱۹۶۱ء میں تقریر کرتے ہوئے بیان کیا ہے کہ ''یو این او سے متعلق یک صد ممالک میں ایک ارب تیں کروڑ (دُنیا کی کل آبادی کا نصف حصہ) خطرناک طور پر افلاس زدہ لوگ آباد ہیں، جن میں سے ایک ارب سے کچھ زائد لوگوں کی

دس سال یعنی ۱۹۵۰ء سے ۱۹۶۰ء تک سالانہ آمدنی میں اوسطاً ترقی صرف سات شلنگ (تقریباً سوا پانچ روپے) فی کس ہوئی۔ اوراس کے برعکس اسی عرصہ میں مغربی یورپ اور شمالی امریکہ میں سالانہ فی کس آمدنی میں سات پونڈ سے کچھ زائد (تقریباً یک صد روپیہ) اوسطاً اضافہ ہوا۔"

پھر کرۂ ارض کے بہت سے علاقے ہزاروں لاکھوں مربع میل ایسے صحراؤں، بے آب و گیاہ چٹیل میدانوں پر مشتمل ہیں، جہاں میلوں پینے کو بھی پانی میسر نہیں آتا۔ دُنیا کے ایسے علاقے بھی ہیں، جہاں شدت کی سردی کے باعث پانی چھوا بھی نہیں جا سکتا۔

پس حفظانِ صحت کے اصول تجویز کرتے ہوئے کوئی مذہبی تعلیم اگر عالمی آبادی کی بہت بڑی اکثریت کی پسماندگی اور مفلوک الحالی اور قلتِ آب یا اس کے استعمال سے متعلق مشکلات نظرانداز کر دے، اور صرف ترقی یافتہ آسودہ حال لوگوں کے نہایت محدود طبقے کے واسطے ایسی ہدایات دے جن پر صرف وہی عمل پیرا ہو سکے اور دوسرے لوگ ان سے کماحقہٗ فائدہ اُٹھانے سے محروم رہیں تو وہ عالمگیر تعلیم کہلانے کی ہرگز مستحق نہیں ہو سکتی۔

لہٰذا اسلامی تعلیم کے حفظانِ صحت سے متعلق حصے پر اس زاویۂ نگاہ سے غور فرمایا جائے اور اسے ایسے پیمانے سے ہرگز نہ ناپا جائے جس سے دُنیا کے اقل ترین طبقۂ امراء کا معاشرہ ناپا جاتا ہے۔ اسلامی اصولِ صحت وثبات میں جو امر خاص طور پر قابلِ توجہ ہے، یہ ہے کہ اِن پر عمل کر کے کم سے کم وقت اور خرچ کے ساتھ زیادہ سے زیادہ اور بہتر سے بہتر نتائج حاصل کیے جا سکتے ہیں۔ کم خرچ بالانشین۔ یہ امتیاز کسی اور تمدن یا مذہبی تعلیم کو حاصل نہیں ہے۔

فضل کریم فارانی (بی۔اے، علیگ)
ایل۔ایل۔بی وکیل
رلّا رام بلڈنگ، بھیرہ

(۱)

ہوا

اللہ تعالیٰ کی پیدا کردہ ضروریاتِ زندگی میں سے ہوا اتنی اہم ہے اور بقائے حیات کا اِس پر اتنا انحصار ہے کہ اس کے بغیر کوئی جاندار چند لمحے بھی زندہ نہیں رہ سکتا۔ اس لیے قدرت نے اس سے سارا کرۂ ارض دوسری تمام ضروریاتِ زندگی سے بہت زیادہ مقدار میں گھیر کر اسے بے انداز ہر وقت ہر لحہ موجود رکھا ہے۔ اور ہر جاندار حسبِ ضرورت بلا روک ٹوک انتہائی آسانی سے ہر آن اسے کام میں لاتا رہتا ہے۔ اور دُنیا کی کوئی طاقت ہوا کا پھیلاؤ یا حرکت تھوڑے وقفہ کے لیے بھی روک نہیں سکتی۔

لیکن بقائے زندگی کا جتنا بھی اس پر انحصار ہے، اُتنا ہی یہ اگر اپنے انداز پر نہ رہے تو تباہی و بربادی لاتی ہے۔ اس کی حرکت میں تیزی طوفان برپا کر کے ہلاکت خیز ثابت ہوتی ہے۔ اس کا سکون یا اس کی مناسب حرکت میں کمی دم گھٹنے کا موجب ہوتی ہے۔ اس میں ضرورت سے زیادہ لطافت یا کثافت، حدت یا برودت، رطوبت یا یبوست سمّیت پیدا کر دیتی ہے جو دبائیں پھیلانے کا باعث ہوتی ہے۔

خوشبو یا بدبُو پھیلانے کا یہی ایک ذریعہ ہے۔ کہیں ذرا سی خوشبودار یا بدبُو دار چیز ہو فوراً ہوا اس کی خوشبو یا بدبُو آس پاس پھیلا کر مہک یا تعفن پیدا کر دیتی ہے۔ مگر کھلی ہوا میں یہ اثر جلد زائل ہو جاتا ہے۔ مکانوں، گلی کوچوں اور آبادیوں میں بوجہ بندش ان کا اثر دیرپا مفید یا مضرِ صحت ہوتا ہے۔

یہی وجہ ہے کہ مکانوں، گلی کوچوں، بازاروں اور آبادیوں کو کھلا بنانا ہوا کے پھیلاؤ کے باعث مفیدِ صحت ہوتا ہے۔ اور ان کا تنگ تعمیر کرنا مضرِ صحت ثابت ہوتا ہے۔

قرآنِ کریم سورۂ مدثر میں جو اسلام کے بالکل ابتدائی زمانے میں نازل ہوئی تھی، بانی اسلام علیہ التحیۃ والسلام کو تاکیدی حکم دیا گیا جس کا اطلاق آپؐ کے ہر پیرو پر ہوتا ہے۔ والرُّجزَ فَاھجُرْ یعنی ہر قسم کی نجاست سے پرہیز کر۔ یہ عمومی حکم ہے جس میں کسی قسم کی نجاست کی تخصیص نہیں کی گئی۔ یہ حکم ہَوا، پانی، غذا، لباس، مکان، گلی کوچے، آبادی وغیرہ سب

پر حاوی ہے۔ یہ بنیادی ہدایت اور مرکزی نقطہ ہے جس کے ارد گرد سب اسلامی احکام و ہدایات قیامِ صحت سے متعلق گھومتے ہیں۔

پس ہوا کی خرابی پر بھی اس کا اطلاق ہوتا ہے۔ اور ہر جگہ کی ہوا، مکانوں اور گلی کوچوں کی ہو یا آبادیوں کی، اُسے صاف رکھنے کی ہمیں تاکید ہے۔ لیکن باوجود اس تاکیدی عمومی حکم کے قرآنِ کریم نے بہت سے مقامات پر ریحِ طیّب یعنی صاف ستھری ہلکی چلنے والی ہوا موجبِ فرحت وانبساط، بارش کی خوش خبری لانے والی قرار دی ہے۔

کھلے ہوادار بالا خانوں اور وسیع وعریض باغوں کا ذکر تو قرآنِ کریم میں بے شمار مقامات پر آیا ہے۔ اُن کا نقشہ اتنے دلفریب اور جاذب انداز میں کھینچا گیا ہے کہ پڑھنے سے تعلق رکھتا ہے۔ اس کے ساتھ لذیذ اور مزے دار میووں اور قسم قسم کی خوشبوؤں کا بیان پڑھ کر خواہ مخواہ دل میں ان کے حصول کی خواہش پیدا ہوتی ہے۔

ہوا کے صاف رکھنے کا ایک ذریعہ، سبزہ، درخت، پھول پتے وغیرہ ہیں، اور یہ اسے بڑا خوشگوار بنا دیتے ہیں۔ بانیٔ اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے فرمایا جو شخص اس ارادہ سے کوئی پھلدار یا سایہ دار درخت لگاتا ہے کہ اس کے پھلوں یا سایہ سے انسان اور حیوان فائدہ اُٹھائیں تو اسے بہت بڑا ثواب ملتا ہے۔[۱]

بھلا ایک درخت لگانا قابلِ تعریف اور موجبِ اجر ہے تو باغات لگانا اور شجر کاری کو فروغ دینا کتنا بڑا ثواب اور خدمتِ خلق ہے۔

حضور ﷺ مساجد کے علاوہ باغات میں نماز پڑھنا پسند فرماتے تھے۔[۲] یہی وجہ ہے کہ مسلمانوں نے دُنیا میں اقتدار حاصل کرتے ہی زراعت، شجر کاری اور باغبانی میں گہری دلچسپی لے کر ان میں انقلاب پیدا کر دیا اور انہیں اعلیٰ علوم وفنون کا رنگ دے کر بہت سے ایسے ممالک میں، جہاں یہ بالکل ابتدائی مراحل پر تھے یا ان کا نام ونشان نہ تھا، مثلاً سپین، ہندوستان، افریقہ کے ساحلی ممالک، انہیں انتہائی فروغ دیا، اور ان کی زمین کا نقشہ بدل کر انہیں گلزار بنا دیا۔ دورِ

---

(۱) تجرید بخاری، حصہ دوم، کتاب الادب، حدیث ۸۲۱۔ مطبوعہ مولوی فیروز الدین اینڈ سنز، لاہور۔ (دیگر حوالہ جات تجرید بخاری اسی ایڈیشن سے دیے جائیں گے۔)

(۲) مشکوٰۃ جلد اوّل حدیث نمبر ۶۸۳، مطبوعہ حمیدیہ پریس، دہلی۔ (دیگر حوالہ جات مشکوٰۃ اسی ایڈیشن سے ہوں گے۔)

حاضر کی زراعت و باغبانی میں ترقی مسلمانوں کی مرہونِ منت ہے۔

خوشبو بھی ہوا کے صاف رکھنے میں بڑی مدد و معاون ہوتی ہے۔ حضرت رسولِ عربی ﷺ فرمایا کرتے تھے: ''دُنیا کی تین چیزیں میری نورِ نظر ہیں۔ نماز، بیوی بچے اور خوشبو۔''[1] خوشبو کی نسبت ہم آگے چل کر کچھ تفصیل سے بیان کریں گے۔ مساجد اور اجتماعات میں حضورؐ خوشبو جلانے کا ارشاد فرمایا کرتے تھے۔

اسلامی اقتدار سے قبل قدیم زمانوں کی عمارات فلک بوس اور عظیم الشان ضرور تھیں مگر روشنی اور ہوا کا ان میں بالکل لحاظ نہ رکھا جاتا تھا۔ مسلمانوں کے عہد میں بڑی وسیع، کھلی، ہوا دار عمارات نے تنگ و تاریک پبلک عمارات کی جگہ لے لی۔

یہ بیان کرنا دلچسپی سے خالی نہ ہوگا کہ اسلام میں طرزِ عبادت اور اس میں انتہائی سادگی مسلمانوں میں کھلی ہوادار عمارتوں کے رواج دینے کا بہت حد تک باعث ہوئیں۔ اور دُنیا میں باوجود فنِ تعمیر میں اس قدر ترقی کے اب تک دوسرے مذاہب و ملل کی عبادت گاہیں مسلمانوں کی مساجد سے بلحاظ وسعت، روشنی اور ہواداری مقابلہ نہیں کرسکتیں۔

اب تک ہندوؤں اور بدھوں کے مندر، پارسیوں کے آتش کدے تنگ و تاریک تعمیر کیے جاتے ہیں۔ گرجے بھی مغربی ممالک میں گو بڑے عالیشان، کھلے اور ہوادار پائے جاتے ہیں۔ لیکن عبادت گزاروں کی تعداد کے پیشِ نظر وہ بھی بمقابلہ مساجد بہت تنگ ہوتے ہیں۔

بے شک تمام دوسری اقوام کے عبادت خانوں کو مساجد کی طرح صاف ستھرا رکھنے اور ان میں خوشبوئیں جلانے کا رواج ہے، جو ان کی فضا صاف رکھنے میں بڑا مد ہوتا ہے، لیکن یہاں سوال ہے وسعت اور ہواداری کا۔

حضرت رسولِ کریم ﷺ کے مخصوص اور امتیازی انعاماتِ الٰہیہ میں سے جن سے تمام انبیاء میں سے صرف آپؐ ہی نوازے گئے، اور جن پر آپؐ فخر کیا کرتے تھے، ایک یہ ہے: ''میرے لیے ساری زمین سجدہ گاہ یعنی عبادت کرنے کی جگہ بنا دی گئی ہے۔ جہاں بھی کسی مسلمان کے لیے وقتِ نماز آئے، وہیں پڑھ لیا کرے۔''[2] یہی وجہ ہے کہ مسلمان ہر قسم کے فرش

(۱) مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۹۴۳۔
(۲) تجرید بخاری، حصہ اول، کتاب التیمم، حدیث نمبر ۲۰۲۔

فروش، میز کرسیوں، شمعدانوں، پیانو، مزامیر وغیرہ سے بالکل بے نیاز ہو کر کھلی ہوا میں زمین کے گوشہ گوشہ میں نماز ادا کرتا ہوا نظر آتا ہے۔

پھر مسجد میں پنج وقتہ باجماعت (اجتماعی) عبادت کا تاکیدی حکم، صف بندی، صفوں کے درمیان سجدہ کرنے کے واسطے ایک خاص فاصلہ ایک ایسی طرزِ عبادت ہے جس کا تقاضا ہے کہ مسجد کی عمارت بڑی وسیع، کھلی اور ہوادار ہو۔ صحن اس کا اتنا کھلا ہو کہ موسم جب بھی اجازت دے عبادت گزار سادگی کے ساتھ کھلی ہوا میں نماز پڑھ سکیں۔ بالعموم مساجد کے صحن اندرونی عمارت سے بہت زیادہ وسیع رکھے جاتے ہیں۔

اندرونی عمارت میں اگر کوئی فرش ہو تو وہ بالکل سادہ ہوا کرتا ہے، جسے بآسانی باہر صحن میں لا کر بچھایا جا سکتا ہے۔ اور اگر اس کے باہر صحن میں لانے میں کوئی دقت ہو تو صحن کا فرشِ خاکی بھی کام دے سکتا ہے۔

اس کے برعکس دوسرے عبادت خانوں کے صحنوں میں یا کھلی ہوا میں عبادت کرنے کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ لوازماتِ عبادت مثلاً نصب شدہ بُت، شعلہ زن آتشکدہ، گانے بجانے کا ساز و سامان، فرش، کرسیاں، شمعدان اور دوسری ضروری اشیاء کا باہر لانا امرِ محال ہوتا ہے اور ان کے بغیر عبادت ہو ہی نہیں سکتی۔

مسلمانوں کا اس قسم کی عمارتوں میں پنج وقت آنا جانا، اُنہیں اپنے مسکن بھی اسی قسم کے تعمیر کرنے کی ترغیب و تحریص دِلاتا ہے۔ اُنھوں نے اپنے ممالکِ محروسہ میں ایسی ہی عمارات کو فروغ دیا اور زمانۂ حاضرہ کے فنِ تعمیر کی بنیاد رکھی۔

اجتماعات اور مجالس کی ہوا صاف رکھنے کے لیے خوشبو لگانے اور جلانے کی حضور ﷺ نے تاکیدی ہدایات دیں اور بعض اور پابندیاں عائد فرمائی ہیں، جن کا آگے ذکر آئے گا۔ گلی کوچوں، گذرگاہوں اور آرام گاہوں کی ہوا کی پاکیزگی کے لیے ایک ایسا حکم دیا کہ اگر اس پر پوری طرح عمل کیا جائے تو ایسے مقامات کی فضا نہایت پاک صاف رہ سکتی ہے۔ فرمایا: ''جو شخص کسی گذرگاہ یا کسی ایسے سایہ دار درخت کے پاس جس کے سایہ میں انسان اور حیوان آرام پاتے ہوں، بول و براز کرتا ہے (جیسا کہ پسماندہ ممالک میں لوگ کیا کرتے ہیں) اس پر اللہ

تعالیٰ کی لعنت ہوتی ہے[1]۔'' اگر محض بول و براز کے لیے اتنا اظہارِ ناپسندیدگی کیا گیا ہے تو ایسے مقامات کے قرب و جوار میں نجاست کے ڈھیر لگا دینا کتنا بڑا شنیع اور قابلِ ملامت فعل ہے۔

مختصراً یہ احکام و ہدایات اور قرآنِ کریم میں فرحت افزا ہواؤں کا ذکر بتا رہے ہیں کہ اسلامی تعلیم میں کھلی، صاف ستھری خوشگوار ہوا کتنی بڑی اہمیت رکھتی ہے۔

(۲)

پانی

اللہ تعالیٰ نے حیوانات و نباتات کی زندگی کا انحصار ہوا کے علاوہ پانی پر بھی رکھا ہے۔ اس میں کمی بیشی نہ صرف حیوانات کی صحت پر براہِ راست اثر انداز ہوتی ہے بلکہ ان کی خوراک کی پیداوار پر بھی اثر ڈالتی ہے۔ کسی مقام پر اس کا فقدان بالفاظِ دیگر قحط سالی، حیوانات کی ہلاکت اور نباتات کی تباہی کا موجب ہوتی ہے۔

قرآنِ کریم میں پانی کی بقائے حیات کے لیے اہمیت نہایت مختصر مگر بڑے پُر معنی الفاظ میں یوں بیان ہوئی ہے، وجعلنا من الماء کل شیٔ حیّ یعنی پانی سے ہم نے ہر چیز کو زندگی بخشی ہے۔ ہوا میں، جس کے بغیر چند لمحات زندہ رہنا محال ہے، اگر رطوبت یا مناسب مقدار میں پانی کے بخارات موجود نہ ہوں تو وہ بھی مسموم ہو کر تباہی لاتی ہے۔

ہوا اور روشنی (یا دھوپ) کسی چیز کے پاک صاف کرنے یا نجاست و غلاظت کے دُور اور ختم کرنے میں بڑی مدد دیتی ہے۔ لیکن ان کا اثر نہایت آہستہ آہستہ ہوتا ہے اور یہ عمل بہت وقت چاہتا ہے۔ لیکن پانی اپنا اثر فوری طور پر دِکھاتا ہے، اور چند لمحات میں ہی وہ صفائی اور پاکیزگی پیدا کر دیتا ہے کہ جو ہوا اور دھوپ مہینوں میں نہیں کر پاتے۔ گویا اس لحاظ سے ان کی پنکھے کی چال ہوا کرتی ہے، اور پانی کی زمانۂ موجودہ کے مصنوعی سیاروں کی زمین اور دیگر اجرامِ فلکی کے گرد گھومنے کی رفتار۔

آگ تو پانی سے بھی جلد صفائی و پاکیزگی کر دیتی ہے لیکن وہ پاک کی جانے والی چیز

---

(۱) مشکوٰۃ، حصہ اول، حدیث نمبر ۳۰۴۔

کو یا تو نا قابلِ تلافی نقصان پہچاتی ہے یا اسے پھونک کر راکھ کر دیتی ہے۔

صفائی اور پاکیزگی کے لیے دنیا کی کوئی اور چیز پانی کی مانند سہل الحصول، زُود اثر اور بے ضرر نہیں ہے۔ یہ طاہر و مطہر یعنی خود پاک اور دوسری چیزوں کو پاک کرنے والی اللہ تعالیٰ کی پیدا کردہ نعمت ہے۔ لیکن پانی صحت و صفائی کے لیے جتنا ناگزیر ہے اگر خود ہی غلیظ اور گندہ ہو تو اُتنا ہی زیادہ مضر اور نقصان دہ ہوتا ہے۔ پس قیامِ صحت، حصولِ پاکیزگی اور صفائی کے لیے اِس کا پاک و صاف ہونا از بس ضروری ہے۔ اور انسانی صحت کا مسئلہ زیادہ تر اس کی پاکیزگی پر منحصر ہے۔

قرآنِ کریم میں بیسیوں مقامات پر پاکیزہ، شیریں اور طیّب پانی کی نہروں اور چشموں کا نہایت لطیف پیرائے میں ذکر آتا ہے۔ اسی طرح اس میں غلیظ، ناپاک اور بدمزہ پانی کی برائیاں بیان کی گئی ہیں۔ خوشگوار پانی کے حصول اور ناگوار پانی سے بچنے کی ترغیب دی گئی ہے۔ مگر اس کتاب میں اُس پانی کی سب سے زیادہ تعریف کی گئی ہے جو بارش کی شکل میں تمام آمیزشوں اور ہر قسم کی ملاوٹ سے پاک آسمان سے اُترتا ہے، اور مُردہ زمین، بستیوں اور نباتات پر گر کر اُنہیں زندگی بخشتا ہے۔

جیسا کہ حفظانِ صحت کے اصول و قواعد کا تقاضا ہے، اسلامی تعلیم میں طہارت، پاکیزگی اور صفائی کی نسبت ہدایات و احکام کا تعلق زیادہ تر پانی ہی سے ہے۔ اس لیے اس تعلیم میں اگر پانی کے اپنے پاک و صاف ہونے کی نسبت تفصیلات نہ پائی جاتیں تو یہ ہدایات بالکل نامکمل اور ناقص رہتیں۔ لیکن اسلام اس لحاظ سے ممتاز نظر آتا ہے۔

پانی کی پاکیزگی اور گندگی کی نسبت حدیث اور فقہ کی کتابوں میں بڑی تفصیلی بحثیں موجود ہیں۔ لیکن ان کا یہاں بیان کرنا طولِ عمل ہوگا۔ ان کتب میں پانی کے ناپاک اور ناقابلِ استعمال ہونے کی ظاہرہ علامتیں واضح کر کے اس کے پاک یا پلید ہونے کا فیصلہ موقع و محل کے مطابق اس کے استعمال کرنے والے کی عقل اور سمجھ پر چھوڑا گیا ہے۔ عام اصول تو یہ ہے کہ جس پانی میں کسی غلاظت کے پڑنے سے اس کی رنگت، بُو یا ذائقہ تبدیل ہو جائے وہ ناپاک ہو جاتا ہے۔[1]

---

(۱) تجرید بخاری، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۲۳۲۔

فقۂ اسلامی میں اس قسم کی بحثیں بھی کی گئی ہیں کہ اتنی مقدار میں پانی اتنی مقدارِ غلاظت سے پلید اور ناقابلِ استعمال ہو جاتا ہے۔ مثلاً دہ دردَہ دردَہ یعنی دس ہاتھ لمبا، دس ہاتھ چوڑا، دس ہاتھ گہرا، دوسرے لفظوں میں ایک ہزار مکعب ہاتھ پانی کسی معمولی غلاظت کے پڑنے سے جو اس کا رنگ، بُو یا ذائقہ نہ بدلے ناپاک نہیں ہوتا۔

ان بحثوں میں فقیہوں کے چھوٹے چھوٹے اختلافات بتاتے ہیں کہ اسلامی تعلیم میں پانی کی پاکیزگی اور صفائی کتنی بڑی اہمیت رکھتی ہے۔ درحقیقت پانی کا مسئلہ حفظانِ صحت کا بنیادی مسئلہ ہے۔

حفظانِ صحت کے مسائل پر بحث کرنے کے سلسلے میں یہ امر ملحوظ رکھنا چاہیے کہ دُنیا کے مختلف خطوں میں پانی کی کمی بیشی معیارِ صفائی و پاکیزگی پر اثر انداز ہوتی ہے۔ مگر ترقی یافتہ ممالک اور بڑے بڑے شہروں اور محلات میں رہنے والے لوگوں کے ہاں جنہیں ہر قسم کی سہولتیں حاصل ہوتی ہیں، بالعموم پانی کی قلت کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ اور وہ دُنیا کے بیشتر حصۂ آبادی کی جو پچھتر فی صد سے بھی زیادہ پر مشتمل ہے اور جو جنگلوں، صحراؤں اور پسماندہ گاؤں میں آباد ہے، مشکلات نظر انداز کر کے اسے بھی اپنے ہی پیمانے سے ناپنے کی کوشش کرتے ہیں۔ اور ان کے قیامِ صحت کے لیے پانی کی وہی مقدار اور وہی پاکیزگی اور صفائی ضروری خیال کرتے ہیں جتنی کہ وہ اپنے لیے چاہتے ہیں۔ حالانکہ دُنیا کے بیشتر علاقے ایسے ہیں جہاں پینے کا پانی میلوں سے سر پر رکھ کر یا بار برداری کے جانوروں پر لاد کر لانا پڑتا ہے۔ اور بعض دفعہ وہاں کے رہنے والوں کو کھانے پینے کے لیے کچھ نصیب ہی نہیں ہوتا۔ اُن سے یہ امید رکھنا کہ وہ روزانہ ٹب میں کئی من پانی بھر کر نہایا کریں یا اتنی مقدار میں اس قسم کا پاک و صاف پانی استعمال کیا کریں تاکہ اپنی صحت قائم رکھ سکیں، حماقت ہوگی۔

حفظانِ صحت سے متعلق اسلامی تعلیم کے اصول نوعِ انسانی کے ہر طبقے کی ضروریات و مشکلات اور پانی کی کثرت و قلت کے پیشِ نظر عالم الغیب نے تجویز کیے ہیں۔ اور ان میں ایک ایسی لچک رکھی ہے کہ کسی انسان کو کوئی دقت پیش نہیں آتی اور ان سے حفظانِ صحت کے تمام تقاضے بھی پورے ہوتے ہیں۔

صاف ستھرے پانی کے ضروریاتِ زندگی میں کام لانے سے متعلق ہدایات و احکام

ہم انشاء اللہ آگے چل کر بیان کریں گے۔ اس کے پاکیزہ رکھنے کی نسبت صرف ایک حکم یہاں بیان کر دیا جاتا ہے۔ حضور ﷺ نے اس بات سے بڑی سختی سے منع فرمایا کہ کسی کھلے کھڑے پانی میں جو نہانے دھونے یا پینے کے کام میں لایا جاتا ہو، کوئی غلاظت پھینکی جائے یا اس میں پیشاب پاخانہ کیا جائے۔[1]

اس قسم کے کنوؤں سے پانی پینے اور استعمال کرنے سے منع فرمایا جو کھنڈرات میں صدیوں سے ویران پڑے ہوں۔[2] ایسے کنوؤں میں سے زہریلے بخارات یا گیسیں نکلتی رہتی ہیں۔ اس قسم کے کنوؤں میں اُترنے اور داخل ہونے والوں کو بالعموم مہلک حادثات پیش آتے رہتے ہیں۔

(۳)

نُور و ظلمت (روشنی اور تاریکی)

اللہ تعالیٰ نے انسان کی صحت و بقا کے لیے روشنی بھی نہایت ضروری قرار دی ہے۔ اس کے بغیر اسے دقتوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ روشنی سے مسلسل محرومی اس کی بینائی کو ضائع کر دیتی ہے یا اسے ناقابلِ تلافی نقصان پہنچاتی ہے اور ساتھ ہی ساتھ ساری صحت برباد ہو جاتی ہے۔

چین کے بعض راہب اپنے آپ کو زندہ درگور کر لیا کرتے تھے۔ وہ ایک قبر نما گڑھے میں بیٹھ جاتے اور اوپر سے ایک سوراخ ہوا اور کھانا پہنچانے کے لیے چھوڑ کر اینٹیں چُن دی جاتیں۔ اسی طرح وہ اپنی زندگی گزار دیتے۔ اگر کوئی اس زندگی کو ناقابلِ برداشت پا کر ترک کر دیتا اور باہر نکل آتا تو وہ نیم مردہ ہوتا تھا۔

انسان اور حیوان تو الگ رہے، پیڑ اور پودے جو کسی بڑے درخت کے نیچے اُگتے ہیں، مناسب روشنی اور دھوپ نہ لگنے کے باعث زیادہ بڑھ نہیں سکتے۔

قرآن کریم میں انسان کی جسمانی اور روحانی زندگی کے قیام و بقا کے واسطے نُور یا

---

(۱) تجرید بخاری، حصہ اوّل کتاب الوضو، حدیث نمبر ۱۶۷۔

(۲) ایضاً، حصہ دوم، بدء الخلق، حدیث نمبر ۳۴۴۔

روشنی نہایت ضروری قرار دی گئی ہے۔ اس کے خلاف ظلمت یا تاریکی بڑی مضر بیان کی گئی ہے۔ چنانچہ اس کتاب میں جابجا دونوں مادی اور روحانی نور اور ظلمت کا مقابلہ کر کے انسان کے ذہن نشین کیا گیا ہے کہ نور اور ظلمت کبھی برابر نہیں ہو سکتے۔ نُور کا چالیس سے زیادہ اور ظلمت کا بیس سے کچھ اوپر مقامات پر قرآنِ کریم میں ذکر آیا ہے۔ مگر سورۂ نور کے پانچویں رکوع میں ان دونوں کا تقابل عدیم المثال انداز میں بیان کیا گیا ہے۔ نُور کا نہایت دلکش اور ظلمت کا نہایت بھیانک نقشہ کھینچا گیا ہے۔ اگر ایک انسان مخلع بالطبع اور صاف دل ہو کر ان چند آیات پر گہرا غور کرے تو وہ بے ساختہ نور کی جانب کھچا چلا جائے گا، اور ظلمت سے دُور بھاگنے کی کوشش کرے گا۔ اس سے واضح ہے کہ اسلام میں انسانی صحت وثبات کے لیے روشنی کتنی اہمیت رکھتی ہے۔

مگر یہ یاد رکھنا چاہیے کہ قرآنِ کریم اصولی طور پر ہر چیز یا فعل کے دونوں پہلو بھلا اور بُرا پیش کرتا ہے۔ اگر ایک چیز یا فعل کو بُرا قرار دیتا ہے تو ہر لحاظ سے اسے بُرا نہیں کہتا بلکہ اُس کی خوبیاں اور برائیاں دونوں بیان کر کے انسانی عقل پر اس کے اختیار یا ترک کرنے کا معاملہ چھوڑ دیتا ہے۔ عقل کا تقاضا یہی ہوتا ہے کہ انسان وہ راہ اختیار کرے جس میں کم سے کم خطرات اور زیادہ سے زیادہ آسانیاں ہوں۔ مثلاً شراب اور جُوا برائی قرار دیتے ہوئے قرآنِ کریم نے یہ بھی فرما دیا کہ ان میں بہ نسبت فائدہ کے نقصان بہت زیادہ ہیں۔(۱)

اسی طرح ظلمت اور تاریکی اگر مضر قرار دی ہے تو اس کے فوائد بھی قرآنِ کریم نے بیان کیے ہیں۔ رات جو دراصل تاریکی ہی ہوتی ہے، باعثِ آرام اور پردہ بیان کی گئی ہے۔(۲) دن کی روشنی قیامِ صحت کے لیے اگر نہایت ضروری ہے تو رات کی تاریکی بھی اس کے لیے بہت ہی مفید ہے۔ دن بھر کے کام کاج اور تگ و دَو سے کھوئی ہوئی طاقت وقوت کی بحالی کا اگر کسی انسان کو موقع نہ ملے تو اس کی صحت چند دنوں میں برباد ہو جاتی ہے، اور آئندہ وہ اپنی زندگی کی کش مکش میں حصہ لینے کے قابل نہیں رہتا۔ علاوہ ازیں آرام اور استراحت کا صحیح لطف انسان رات کی تاریکی میں ہی اُٹھا سکتا ہے۔

قرآنِ کریم اور احادیث میں ہر قسم کی تاریکی اور ظلمت کے خطرات ومضرات سے

---

(۱) بقرہ، ۲۷ع۔

(۲) نمل ۷ع، نباء ۱ع۔

محفوظ رہنے اور نُور اور روشنی سے مستفید ہونے کی نسبت کثرت سے دُعائیں موجود ہیں۔

(۴)

وِلادت

اللہ تعالیٰ کی پیدا کردہ تین اہم ضروریاتِ زندگی کی نسبت اسلامی نقطۂ نگاہ مختصراً بیان کرنے کے بعد اب حفظانِ صحت سے متعلق ان اسلامی احکام و ہدایات پر بحث کی جائے گی جو انسانی زندگی کے مختلف مراحل سے تعلق رکھتے ہیں۔ یعنی اسلام نے صحت و ثباتِ انسان کے لیے از مہد تا لحد جو اصول و قواعد تجویز کیے ہیں، اُن کا حکمت و فلسفہ بیان کیا جائے گا اور اس سلسلے میں سب سے پہلے ہم ولادت لیتے ہیں۔

گو انسان اشرف المخلوقات ہے لیکن بوقتِ پیدائش دوسری مخلوق کی نسبت وہ سب سے زیادہ دوسروں کا محتاج ہوتا ہے۔ اگر اس وقت بعض اُمور میں احتیاط سے کام نہ لیا جائے تو اس کی صحت پر بہت بُرا اثر پڑتا ہے جو عمر بھر قائم رہتا ہے۔ اس کے علاوہ بچے ہی بڑے ہو کر قوم کی باگ ڈور سنبھالا کرتے ہیں۔ ان کی صحت و تندرستی اہم قومی مسئلہ ہوتا ہے۔ اس لیے حفظانِ صحت کے ان اصول کا پہلے بیان کرنا ضروری ہے جو اسلام نے بچے کی پیدائش کی نسبت دیے ہیں[۱]۔"

ختنہ:

بچہ و زچہ کے قیامِ صحت کے لیے ہر ملک اور قوم میں ماحول کے مطابق اور حسبِ ضرورت مختلف اصول و طریق اختیار کیے جاتے ہیں، اور ہمیشہ سے اُن پر عمل ہوتا چلا آ رہا ہے۔ ناف کے کاٹنے کے بعد بچے کو غسل دینا، گھٹی پلانا وغیرہ ایسے طریق ہیں جو ساری دُنیا میں رائج ہیں۔ مگر ختنہ کا رواج صرف ابراہیمی نسلوں میں پایا جاتا ہے اور وہ اسے اہم مذہبی شعار قرار دیتے ہیں۔ گو عیسائیوں نے اسے ترک کر دیا ہے، مسلمان اور یہودی اب تک اس پر سختی سے عمل

---

(۱) تمام احکام ولادت ختنہ، ناخن تراشنے، بال منڈوانے وغیرہ سے متعلق کتب احادیث اور فقہ میں بالتفصیل موجود ہیں۔ اور ان پر اسلامی دنیا میں چودہ صدیوں سے متواتر عمل ہوتا چلا آ رہا ہے۔

کرتے ہیں۔

بعض مغربی عیسائیوں کا خیال ہے کہ حضرت ابراہیم علیہ السلام سے پہلے بھی یہ رسم دُنیا میں موجود تھی۔ ممکن ہے ایسا ہو مگر توریت سے ظاہر ہے کہ پہلے پہل حضرت ابراہیمؑ نے ارشادِ خداوندی کے ماتحت اس پر اسّی برس کی عمر میں خود بھی عمل کیا اور خاندان کے تمام مردوں حتیٰ کہ غلاموں سے بھی اس پر عمل کرایا۔[۱] اور اللہ تعالیٰ سے آپ کے دائمی عہد کی یہ ایک اہم شرط تھی جس کو آپ نے اپنی آنے والی نسلوں میں بھی رواج دینا تھا۔ اس عہد کے مطابق حضرت مسیحِ ناصری کی ولادت کے آٹھویں دن ان کے ختنے کیے گئے۔[۲] جسے اب ان کے ماننے والے عیسائیوں نے پولُوس کے اس قول کے ماتحت کہ شریعت لعنت ہے، اور عہد نامۂ قدیم ختم ہو چکا ہے اور اس کی یہ شرط اب غیر ضروری ہے،[۳] اس مفید رسم کو بالکل ہی ترک کر دیا ہے، بلکہ اُنھیں اس سے اس قدر نفرت ہوگئی ہے کہ ان کے ڈرامہ نویس بھی اس پر پھبتیاں اُڑاتے ہیں۔ چنانچہ شیکسپیئر نے اپنے ڈرامہ اوتھیلو میں ہیرو کے واقعۂ خودکشی کا ذکر کرتے ہوئے لکھا ہے کہ اس (ہیرو) نے اپنے پیٹ میں چھرا گھونپ دیا اور چلّا کر کہا: ''ٹرکی میں میں نے ایک مختون کتے کا پیٹ یوں چاک کیا تھا۔''

اطبائے مغرب ختنہ کی اہمیت وافادیت خوب سمجھتے ہیں۔ لیکن عیسائی دُنیا کی اس سے نفرت کے باعث عوام میں اسے رواج دینے یا اس کا مشورہ دینے سے کتراتے ہیں۔ گو بعض امراض میں جن میں اس کے بغیر چارہ نہیں ہوتا، یہی علاج کرنے پر مجبور ہو جاتے ہیں۔

موجودہ زمانہ میں طبی مشورہ کے ماتحت بعض امراض میں مریض یا کسی مضروب کے جسم میں کسی مناسب وموزوں تندرست آدمی کے خون کا داخل کرنا نہایت کارگر ثابت ہوا ہے۔ لیکن مریض کے جسم سے کسی مرض میں یا کسی حالت میں خون کا اخراج (ماسوا پھوڑے پھنسیوں وغیرہ کے) خواہ وہ فاسد ہی کیوں نہ ہو، اس کے لیے مضر خیال کیا جاتا ہے۔ دورِ حاضر کا ڈاکٹر مانے یا نہ مانے، ہمارا ذاتی تجربہ ہے کہ بعض امراض میں یونانی طریق فصد یعنی مریض کے جسم سے ایک خاص مقدار میں کسی خاص حصۂ بدن سے خون نکالنا بڑا مفید اور مؤثر علاج ثابت ہوتا

---

(۱) پیدائش ف ۱۷، ۱-۱۴۔ (۲) لوقا۔ ف ۲، ۲۱۔

(۳) اعمال ف ۱۵، ۳۸-۳۹ گلتیون ف ۳، ۱۰ اور ۱۳۔

ہے۔ ختنہ کا اصول اسی طبی اصول کے ماتحت ہے۔ اور اس عمر میں اس طرح خون کا اخراج بچے کی صحت پر بڑا اچھا اثر ڈالتا ہے۔ اور بہت سے مخصوص مردانہ امراض کے لیے بطور حفظِ ماتقدم ہوتا ہے۔

جن اقوام میں اس کا رواج نہیں ہے، ان میں ماؤں کو بڑی احتیاط سے کام لینا پڑتا ہے۔ بچے کی اگر یہ کھال نہ کٹی ہوئی ہوتو اس کی اندرونی جانب پیشاب پسینے سے میل کچیل جم کر بعض دفعہ سوزش بلکہ جراثیم پیدا کر دیتی ہے۔ اس کا بچے کے دماغ پر اور بڑی عمر میں قوتِ رجولیت پر بھی اثر پڑتا ہے۔

اطباء اور بعض ڈاکٹروں کی رائے ہے کہ بچے کے ختنے نہ کیے ہوئے ہوں اور وہ مرضِ اُمِ صبّیان میں مبتلا ہو جس میں بچہ بے ہوشی کے خطرناک دوروں کا شکار ہوتا ہے، تو ختنے کرا دینے سے جلد شفایاب ہو جاتا ہے۔ اور اس سے بہتر اور کوئی علاج غیر مختون مریض بچے کا نہیں ہے۔

اس کھال کی موجودگی میں یہ حصہٗ بدن نہایت حسّاس ہوتا ہے، جس کا اثر بلوغت کے وقت محسوس ہوتا ہے۔ اس کے کٹ جانے سے نرمی اور حس میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔

بعض غیر مختون مردوں کی اولاد نہیں ہوتی یا کم عمر میں ہی فوت ہو جاتی ہے۔ اطباء اس کا علاج ختنہ تجویز کرتے ہیں۔ بے اولادی کا یہ بڑا کامیاب علاج ہے۔

پیدائش کے سات آٹھ روز کے اندر اندر ختنہ کرا دینا مفید ثابت ہوتا ہے۔ یہی اصول شریعتِ موسوی اور اسلامی کا ہے۔ اس عمر میں زخم بہت جلد مندمل ہو جاتا ہے۔ بچہ کچھ بڑا ہو جائے تو وہ زور سے ہاتھ پاؤں مارنا شروع کر دیتا ہے۔ ایسی صورت میں وہ اپنا زخم جلد ٹھیک نہیں ہونے دیتا۔ ذرا ہوشیار ہو جائے اور چلنے پھرنے لگے تو پھر اس کے کٹنے سے اسے بہت زیادہ تکلیف ہوتی ہے۔ زیادہ تاخیر ہو جائے تو بعض امراض کے لاحق ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے جو بعض دفعہ مزمن صورت اختیار کر لیتے ہیں۔

بچے کے بال:

دُنیا کی تقریباً تمام اقوام نومولود، لڑکا ہو یا لڑکی، کے سر کے بال مُنڈوا دیا کرتی ہیں۔

مگر ایک قوم ایسی بھی ہے جو پیدائش سے لے کر موت تک جسم کے کسی حصے کے بال لینا مذہب کے سخت خلاف سمجھتی ہے۔ جس طرح عمر بھر قدرت بال بڑھاتی یا گھٹاتی چلی جائے، وہ لوگ اس میں دخل نہیں دیتے۔ عام طور پر ان کے بالوں سے باوجود با قاعدہ صفائی کے ایک خاص قسم کی بُو آتی ہے۔

ہندوؤں میں بچے کے بال اُتروانے کی رسم جسے مُونڈن کہتے ہیں، بڑی دھوم دھام سے منائی جاتی ہے۔ بعض لوگ اپنے مالی حالات کے پیشِ نظر اسے کئی کئی سال تک ملتوی کرتے چلے جاتے ہیں۔ اس تاخیر سے سر میں کئی قسم کے امراض پیدا ہو جاتے ہیں۔ بچے کے پہلے بال چونکہ نرم اور کمزور ہوتے ہیں۔ بعض دفعہ دیکھنے میں آیا ہے کہ کسی نے ایسے بچے کے بال پکڑ کر کھینچے یا جھٹکا دیا تو سارے ہی اکھڑ آتے ہیں۔

موسوی شریعت کے مطابق اسلام میں پیدائش کے آٹھویں دن تک ختنے کے ساتھ سر کے بال اُتروانے کی ہدایت ہے۔ اس طرح بچے کے سر پر سے گندے رحمی مواد صاف ہو جاتے ہیں۔ نئے بال مضبوط پیدا ہوتے ہیں۔ سر کے مسام کھل جانے سے بخارات خارج ہو جاتے ہیں۔ بچے کی گردن جو بہت کمزور، اور کئی ماہ تک سہارے کی محتاج ہوتی ہے، سر کے بال مُنڈوانے سے مضبوط ہو جاتی ہے۔ پہلوانوں کی گردن مضبوط ہونے کی ایک وجہ یہ بھی ہوتی ہے کہ وہ بالعموم سر کے بال گھٹواتے رہتے ہیں۔

بچے کے ناخن:

اسلام میں صحت وصفائی کے لیے ناخنوں کا تراشنا ہر مرد وعورت کے لیے لازمی قرار دیا گیا ہے۔ تفصیلات تو آگے آئیں گی، یہاں صرف اتنا بتا دینا کافی ہے کہ گاہے گاہے بچے کے ہاتھ پاؤں کے ناخن تراشنا ضروری ہوتا ہے۔ جس طرح اس کے دوسرے اعضاء جلد جلد بڑھتے ہیں، اسی طرح اس کے ناخن بڑھا کرتے ہیں۔ ان میں میل کچیل جم جاتی ہے، اور بچہ چونکہ ہر وقت ہاتھ پاؤں مارتا رہتا ہے، اس لیے وہ ناخنوں سے، اگر تراشے ہوئے نہ ہوں، اپنے چہرے اور جسم کو زخمی کر لیا کرتا ہے۔ بعض دفعہ اس کی آنکھ ان سے پُھوٹ جاتی ہے۔ ماں بھی ان ننھے ہتھیاروں سے محفوظ نہیں رہتی۔

پاکیزگی کی عادت:

تفصیلات تو بعد میں آئیں گی، یہاں ہم صرف اتنا بتا دینا کافی سمجھتے ہیں کہ ایک ماں جو اسلامی اصولِ صحت وثبات سے واقف ہو، اگر ابتداء سے ہی ان اصول کے مطابق بچے کی تربیت کرے تو بنیاد اچھی ہونے کے باعث وہ ہمیشہ ہی صفائی پسند اور صاف ستھرا رہنے کا عادی رہے گا۔

یہ مسلمہ بات ہے کہ جو بھی اچھی یا بری عادت شیر خوارگی میں بچے کی ہو جائے گی عمر بھر نہیں جائے گی۔ وقت پر مناسب مقدار میں اسے دودھ پلایا جائے تو یہ طریق نہ صرف اس کی صحت کے لیے مفید ہوگا بلکہ اسے وقت کی پابندی کی عادت پڑے گی اور اناپ شناپ اور بسیار خوری سے بچا رہے گا۔

پیشاب پاخانہ بستر پر کرنے سے اسے باز رکھنے اور اوقاتِ مقررہ پر اجابت کرانے کی کوشش کی جائے۔ اور بول و براز کے بعد اس کی طہارت حسبِ ضرورت گرم یا ٹھنڈے پانی سے کی جائے تو وہ نہ صرف ہمیشہ صاف ستھرا رہے گا بلکہ بچوں کے اکثر امراض سے محفوظ رہے گا۔ میں نے اس طریق کا اپنے گھر میں تجربہ کر کے دیکھا ہے اور بہت ہی مفید پایا ہے۔

ایک حدیث میں آتا ہے، حضور ﷺ نے فرمایا: بچہ فطرتِ صحیحہ لے کر پیدا ہوتا ہے۔ ماں باپ اسے یہودی، نصرانی یا آتش پرست بنا لیتے ہیں[1]۔ اس ارشاد میں بچپن کی تربیت کی اہمیت بیان کی گئی ہے۔

شیرِ مادر:

شکمِ مادر اور شیر خوارگی میں ہی انسان کی صحت و تندرستی، کمزوری یا بیماری کی بنیاد رکھی جاتی ہے۔ بچے کی صحت کے قیام کے سلسلے میں سب سے زیادہ اہم مسئلہ اس کی غذا کا ہے۔ اس سے غفلت اس کی ساری زندگی پر اثر انداز ہوتی ہے۔

بوقتِ پیدائش حشرات الارض اور چند اور جانداروں کے سوا انسان کا بچہ سب جانداروں کے بچوں سے زیادہ کمزور ہوتا ہے۔ علاوہ ازیں یہ کمزوری اتنا لمبا عرصہ رہتی ہے کہ

(۱) مشکوٰۃ، جلد اوّل، ح ۸۱۔

کسی اور جاندار کی پیدائش کے بعد اتنی لمبی نہیں ہوتی۔ اس عرصہ میں اسے ایسی غذا ملنی چاہیے جو قدرت نے خود بچے کی کمزوری کے مناسبِ حال مناسب مقدار میں تجویز کی ہو۔ اس کے ساتھ نہایت سہل الحصول ہو، بلکہ یہ کہنا چاہیے کہ اس کے انتہائی ضعف کے پیشِ نظر اس کے پہلو میں ہی موجود ہو۔

دُنیا کی غذاؤں میں سب سے زیادہ مفید، کمزور و توانا کے لیے ایک ایسی طاقت و صحت بخش اور زود ہضم غذا اللہ تعالیٰ نے دودھ پیدا کیا ہے۔ اس میں ذرا بھی شک و شبہ کی گنجائش نہیں کہ دودھ پلانے والے ہر جاندار کے دودھ میں اس کے بچوں کی نشو و نما کے لیے تمام ضروری اور مفید اجزا حیاتین وغیرہ نہایت مناسب مقدار میں پائے جاتے ہیں۔ اور ان کی شیر خوارگی کے زمانہ میں ان کی ماں کے دودھ سے ان کے لیے کوئی اور بہتر اور انسب غذا نہیں ہو سکتی۔ بھیڑ، بکری کے بچوں کے لیے گائے بھینس کا دودھ وہ مناسبت نہیں رکھتا جو ان کی اپنی ماں کا دودھ رکھتا ہے۔

اسی طرح انسان کے بچے کے لیے اپنی ماں کے دودھ میں اس کے مناسبِ حال جو غذائیت، صلاحیت، تاثیر اور طاقت موجود ہوتی ہے، وہ کسی اور دودھ میں خواہ کسی اور عورت کا ہی کیوں نہ ہو، نہیں پائی جاتی۔ ہزاروں کوششوں، تجربوں اور علمی و طبی تحقیق و انکشاف کی بنا پر یہ کہنا کہ دوسرے جانداروں کے دودھ میں پانی اور دواؤں وغیرہ کی آمیزش سے وہ دودھ ماں کے دودھ کی مانند و موافق ہو جاتا ہے، ہرگز قابلِ قبول نہیں ہے۔ اگر یہ ممکن ہوتا تو قدرت ماں کے پستانوں میں دودھ ہی پیدا نہ کرتی۔ بلکہ پرندوں کی طرح جو انڈے دیا کرتے ہیں، ماں کے جسم سے الگ کسی بیرونی غذا کا انسانی بچے کو محتاج کر دیتی۔ ماں کے جسم سے غذا کا متعلق کر دینا صاف طور پر بتا رہا ہے کہ اس سے بہتر اور انسب دُنیا کی کوئی اور غذا بچے کے لیے نہیں ہو سکتی۔

یہ امر بھی کہ بچہ ماں کے جسم اور اس کے گوشت پوست اور خون سے بنا ہوتا ہے، ثابت کرتا ہے کہ دودھ جو حقیقتاً ماں کے جسم کے اندر ہی خون کی قدرتی کیمیاوی تبدیلی و ترکیب سے تیار ہوتا ہے، اس کے پیدا ہونے کے بعد اس کے ابتدائی ایامِ ضعف میں طبی نقطۂ نگاہ سے نہایت ہی مفید اور موزوں ہے۔ اور کسی دوسری عورت کے دودھ سے بھی ماں کا دودھ، اگر کسی

بیماری کے باعث خراب نہ ہو گیا ہو، بہرصورت بہتر ہے۔

دودھ غذاؤں میں جتنی مفید غذا ہے، اتنی ہی یہ سب غذاؤں سے زیادہ لطیف، نازک اور گردو پیش سے فوری طور پر اثر قبول کرنے والی ہے۔ خوشبودار یا بدبودار چیز اس کے پاس رکھی ہو تو دودھ فوراً متاثر ہو جاتا ہے۔ تیز قوتِ شامہ رکھنے والے بعض لوگ گائے بھینس کا دودھ پی کر اس کی بُو اور ذائقے سے بتا سکتے ہیں کہ جانور نے گذشتہ روز کیا چارہ کھایا تھا۔

ماہرینِ حفظانِ صحت بتاتے ہیں کہ دودھ تھنوں سے نکلتے ہی بیرونی فضا سے متاثر ہونا شروع ہو جاتا ہے اور تھوڑی دیر کے بعد ایک مکعب انچ میں چھ لاکھ جراثیم پیدا ہو جاتے ہیں جو اسے اُبالنے سے تلف ہو جاتے ہیں۔ مگر اس کے پھر ٹھنڈا ہوتے ہی دوبارہ پیدا ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔

بمبئی کے بازاری دودھ کا ایک مرتبہ تجزیہ کیا گیا تو اس میں اتنے ہی جراثیم پائے گئے، جتنے کہ وہاں کی گندی نالیوں کے پانی میں۔ یہی حال ہر بڑے شہر کے بازاری دودھ کا ہوتا ہے۔

قرآنِ کریم میں دودھ کی لطافت اور اس کے خوش ذائقہ اور بہترین غذا ہونے کی نسبت متعدد آیات موجود ہیں۔ شارع اسلام علیہ التحیۃ والسلام بھی اس کی لطافت اور بیرونی فضا سے اس کے متاثر ہونے کی نسبت خوب سمجھتے تھے۔ چنانچہ ایک مرتبہ آپؐ کے پاس ایک برتن میں دودھ لایا گیا جو ڈھکا ہوا نہیں تھا۔ آپؐ نے فرمایا: دودھ ڈھک کر لایا کرو، خواہ لکڑی کے ایک ٹکڑے سے ہی ڈھکا ہو۔[1]

تھنوں سے نکلتے ہی دودھ پر بیرونی فضا کا اثر پڑنا شروع ہو جاتا ہے۔ تھنوں میں کا دودھ اور تازہ نکلا ہوا دودھ آپس میں ضرور فرق رکھتے ہیں، خواہ ان کی تاثیر و تازگی اور خالص ہونے میں لاکھویں حصہ کا ہی فرق ہو۔ لہٰذا طبی اور حفظانِ صحت کے اصول کے مطابق کسی جانور کا دودھ اگر تھنوں سے منہ لگا کر پیا جائے تو وہ بہرصورت اس کے نکالے ہوئے دودھ سے بیرونی اور فضائی اثرات و جراثیم سے محفوظ اور بالکل تازہ ہونے کے باعث زیادہ مفید ہوتا ہے۔ پنجاب وغیرہ کے بعض علاقوں میں گائے بھینس کا دودھ اسی طریق سے پینے کا رواج ہے۔ اور

---

(۱) تجرید بخاری، حصہ دوم، کتاب الاشربہ، حدیث نمبر ۷۵۰۔

اس طرح پینے والے لوگ بڑے تندرست اور مضبوط ہوا کرتے ہیں۔ عام جسمانی کمزوری اور بعض امراض کا علاج بھی دیہاتی اس طریق سے دودھ پینا بتاتے ہیں۔ طبی کتب میں سل و دق کے علاجوں میں سے ایک علاج یہ بھی بیان کیا گیا ہے کہ بھینس کا دودھ اس کے تھنوں سے منہ لگا کر پیا جائے۔

انسان کے بچے کے لیے اس طرح ماں کے پستانوں سے منہ لگا کر دودھ پینا دوسرے جانداروں کے نکالے ہوئے اور بیرونی فضا سے متاثر دودھ کے پینے سے کہیں زیادہ مفید اور طاقت بخش ہوتا ہے۔ انسانی دودھ سے ملتا جلتا دودھ طبی تحقیق سے اگر کوئی معلوم ہوا ہے تو وہ گدھی کا دودھ ہے۔ لیکن جب قدرت نے بچے کے پہلو میں ہی بہترین اور انسب دودھ کا چشمہ بہا دیا ہو تو کسی اور جگہ سے بلاوجہ و بلاضرورت اس سے ادنیٰ چیز تلاش کرنا قدرت کی عطا کردہ نعمت کے ٹھکرا دینے اور اس کا مقابلہ کرنے اور بچے کی صحت سے بے اعتنائی برتنے کے مترادف ہے۔

آج کل بند ڈبوں کا دودھ انسانی دودھ کی نسبت بڑی تحدی سے پیش کیا جاتا ہے اور یقیناً اس کی تہہ میں تجارتی اغراض ہوتے ہیں کہ بغیر ہاتھ لگانے کے حفظانِ صحت کے تمام اصول مدنظر رکھتے ہوئے شیرخوار بچوں کے لیے خاص طور پر محفوظ اور تیار کیا گیا ہے۔ کچھ بھی ہو ہم اپنے حواسِ خمسہ اور قدرتی اور ظاہری حالات کو کیسے جھٹلا اور ٹھکرا دیں۔

یورپین اور ان کا طرزِ معاشرت اختیار کرنے والے ایشیائی و افریقی لوگ کھٹیک کی بو کی طرح اس کی ہیک سے مانوس ہو کر محسوس ہی نہیں کرتے۔ ہمیں تو تازہ دودھ اور بند ڈبے کے دودھ میں بیّن فرق معلوم ہوتا ہے۔

اسی طرح بند ڈبوں کی مچھلی اور پھلوں کی بڑی تعریف کی جاتی ہے، لیکن ہمارے ملک میں جہاں یہ چیزیں تازہ میسر آ جاتی ہیں، انہیں بالعموم پسند نہیں کیا جاتا۔ اس قسم کی مچھلی یا گوشت دسترخوان پر آ جائے تو بعض لوگوں کا جی متلانے لگتا ہے۔ ان چیزوں میں ایک بدبُو سی ہوتی ہے، جسے ہم لوگ برداشت نہیں کر سکتے، لیکن اُنہیں محسوس نہیں ہوتی۔ ڈنمارک اور ہالینڈ کا ڈبوں کا پنیر جب کاٹا جاتا ہے تو اس میں بسا اوقات کیڑے ہوتے ہیں، مگر وہ لوگ مزے لے لے کر اسے کھاتے ہیں۔

لیکن اطباء اور ڈاکٹروں کا وہ طبقہ جس کے پیشِ نظر تجارتی اغراض نہیں ہوتے، یہ رائے رکھتا ہے کہ ڈبوں میں بند ہر قسم کی خوراک، دودھ، مچھلی، گوشت، پھل وغیرہ کے مقابلے میں تازہ چیزیں بہت زیادہ مفید اور صحت بخش ہوتی ہیں، بلکہ وہ تو یہ کہتے ہیں کہ بند ڈبوں کی غذائیں بہت سے امراض خاص کر سرطان یعنی کینسر پیدا کرنے کا موجب ہیں۔

قدرتی غذا کے ترک کر دینے سے بچے کے نشو و نما اور قویٰ پر بُرا اثر پڑتا ہے۔ اور ہم یہاں تک کہنے کے لیے تیار ہیں کہ ماں کے دودھ پر پلنے والے بچے اگر میانہ روی کی زندگی بسر کرتے رہیں تو دوسرے دودھ پر پلنے والے بچوں کی نسبت سل و دق جیسے مہلک امراض کا بہت کم شکار ہوتے ہیں۔ ان کے جسم میں مختلف امراض کا مقابلہ کرنے کی قوت موجود ہوتی ہے۔

بعض تجربہ کار مائیں یہ کہا کرتی ہیں کہ ماں کا دودھ ترک کر دینے کے باعث بچے کی صحت پر بُرا اثر پڑنے کے علاوہ ایک نقص یہ بھی اس میں پیدا ہو جاتا ہے کہ ماں سے اسے کم لگاؤ ہوتا ہے۔ اور وہ ماں باپ کے اطوار سے کم حصہ پاتا ہے۔ یہی نکتہ اکبر الہ آبادی نے اپنے ایک شعر میں بیان کیا ہے:

طفل میں بُو آئے کیا ماں باپ کے اطوار کی
دودھ تو ڈبے کا ہے، تعلیم ہے سرکار کی

ماں کا دودھ ترک کر دینے سے ایک بڑا اقتصادی نقصان بھی ہوتا ہے اور اس کے ساتھ بچے کی صحت بھی خطرے میں پڑ جاتی ہے۔

ایسی صورت میں مفلس اور متوسط الحال گھرانوں میں شیر خوار بچے کے لیے ہر حالتِ عُسر و یُسر میں ہر قیمت پر اچھا اور عمدہ دودھ مہیا کرنا پڑتا ہے۔ گرم اور مرطوب ممالک میں جہاں دودھ چند گھنٹے بھی محفوظ نہیں رہ سکتا، یہ مسئلہ اور زیادہ مشکلات پیدا کرتا ہے۔

قدرت نے جب ماں کی جسمانی بناوٹ ایسی بنائی ہے کہ وہ خود کوئی بھی غذا اپنے گھرانے کے رواج اور استطاعت کے مطابق کھائے تو اس کا ایک حصہ اس کی جسمانی طاقت کے قیام کے لیے اور ایک حصہ بچے کے لیے مناسب مقدار میں دودھ پیدا کرنے کے کام آتا ہے۔ تو کیا وجہ ہے کہ گھر کے اخراجات بڑھانے اور ماں کے لیے دوسرا دودھ سنبھال سنبھال کر رکھنے کا دردِ سر مول لیا جائے اور قدرت کے پیدا کردہ سامانوں سے فائدہ نہ اُٹھایا جائے۔ ماں

چنے یا سُو کھے ٹکڑے کھا کر بھی دودھ پیدا کر لے گی اور بچہ بھوکا نہ مرنے پائے گا۔ لیکن دوسرے دودھ کے کسی وقت نہ ملنے، خراب ملنے یا خراب ہو جانے کے باعث بچہ بھوکا مرے گا، یا بیمار ہو جائے گا۔ بڑے تو روزہ بھی رکھ لیتے ہیں، لیکن بچہ تو تین چار گھنٹے بھی صبر نہیں کر سکتا۔ بعض دفعہ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ گرمی میں دودھ خراب ہو جاتا ہے اور ماں کو اس کا علم ہی نہیں ہوتا اور وہ اسی طرح ہی پلا دیتی ہے، جس سے بچہ بیمار ہو جاتا ہے۔ سرد ملکوں میں ہر بار دودھ تھوڑا گرم کر کے بچے کو پلانا پڑتا ہے۔

گرم علاقوں میں دودھ سنبھالنے کے لیے بعض دانشمند ڈاکٹر اور نو تعلیم یافتہ تھرمس یا ریفریجریٹر تجویز کرتے ہیں۔ لیکن یہ لوگ دنیا کی آبادی کی اکثریت کا عام معیارِ زندگی یہ رائے دیتے ہوئے بالکل نظر انداز کر دیتے ہیں۔ امیر لوگ تو اس کا انتظام کر سکتے ہیں، لیکن جنہیں نانِ شبینہ بھی نصیب نہ ہو، وہ اپنی استطاعت سے زیادہ قیمت کا تھرمس کیسے خرید کریں اور ریفریجریٹر تو ہزاروں روپوں کا آتا ہے۔ پھر تھرمس میں دودھ اگر گرم ڈالا جائے تو وہ بہت جلد خراب ہو جاتا ہے۔ ہاں ٹھنڈا کر کے برف اس میں ملا کر رکھی جائے تو کام آ سکتا ہے۔

ماں کا دودھ نہ پینے سے دانت بھی کمزور ہو جاتے ہیں اور ایسا انسان دانتوں کے بہت سے امراض کا شکار ہوتا ہے۔ اور دانتوں کی بیماریاں مزید بیماریوں کے پیدا کرنے کا موجب ہوتی ہیں۔

رحمِ مادر میں نطفہ کے قرار پاتے ہی بچہ کی غذا شروع ہو جاتی ہے۔ اور آہستہ آہستہ وہ اندر ہی اندر نو ماہ تک نشو و نما پاتا ہے۔ یہ غذا جیسا کہ ہم بتا چکے ہیں، ماں کے جسم کا ایک حصہ ہوتا ہے۔ بچے کے پیدا ہوتے ہی اسے دوسری غذا دینا یقیناً اس کی صحت پر بُرا اثر ڈالتا ہے۔ وہ تو بہت ہی نازک اور ضعیف ہوتا ہے۔ ایک مضبوط و توانا جوان کی غذا جس کا وہ عادی ہو یکدم بدل دی جائے تو وہ بیمار ہو جائے گا۔ ۱۹۴۳ء کے قحطِ بنگال میں وہاں کے باشندوں کو جو صبح شام چاول کھانے کے عادی تھے، مجبوراً گندم کی روٹی کھانا پڑی، جس کا نتیجہ یہ ہوا کہ وہاں پیچش اور دوسرے امراض نے خطرناک وبائی صورت اختیار کر لی اور لاکھوں لوگ لقمۂ اجل ہوئے۔

پھر یہ زمانہ ایسا ہے کہ ضروریاتِ زندگی میں سے کسی نہ کسی ضرورت کے لیے ہر ملک کسی دوسرے ملک کا محتاج ہے۔ اگر ایک ملک اناج اور پھل پیدا کر کے دوسرے ملکوں کو مہیا کرتا

ہے تو وہ خود گوشت اور دودھ کے لیے کسی دوسرے ملک کے سامنے ہاتھ پھیلاتا ہے۔ آج کل امن و امان قائم رہے تو دنیا کے ایک سرے سے دوسرے سرے تک نقل و حمل کے ذرائع میں بڑی ترقی اور سہولت کے باعث خوراک وضروریاتِ زندگی جلد از جلد پہنچتی رہتی ہیں۔ جنگ چھڑ جائے تو شہروں کا نہیں ملکوں بلکہ براعظموں کا بلاکیڈ یا محاصرہ اتنا وسیع اور ایسا مؤثر ہوا کرتا ہے کہ محصور ممالک تک کسی قسم کا سامان بھی بحر و بر یا فضا کے ذریعے نہیں پہنچ پاتا۔

گذشتہ دو عالمی جنگوں میں وہ یورپین ممالک مثلاً انگلستان، فرانس وغیرہ جو ہالینڈ، ڈنمارک اور آسٹریلیا سے دودھ اور گوشت جیسی اشیاء درآمد کیا کرتے تھے بوجہ مؤثر جرمن محاصرہ کے سخت مشکلات میں پھنس گئے۔ ہزارہا مائیں بے چاری بھوک سے بلبلاتے شیر خوار بچے گودوں میں اور برتن ہاتھوں میں لیے شدید سردی، بارش یا برف باری میں قطاریں بنائے دودھ کے ڈپوؤں کے سامنے روزانہ کھڑی نظر آتیں۔ یہ دردناک نظارے دیکھے نہیں جاسکتے تھے۔

لیکن یہ مصیبت اُس وقت زیادہ خطرناک صورت اختیار کر لیتی ہے، جب ملک میں نقل وحمل کے ذرائع ریلوے، بس سروس، بحری جہازوں، گودیوں وغیرہ کے مزدور عام ہڑتال کر دیتے ہیں۔ دشمن کے محاصرے سے تو غیر ملکی درآمد بند ہو جاتی ہے، لیکن ملک میں کسی مؤثر اور وسیع ہڑتال کی صورت میں نہ صرف درآمد بند ہو جاتی ہے بلکہ اندرونِ ملک میں ضروریاتِ زندگی کا ایک مقام سے دوسرے مقام تک پہنچانا، ناممکن ہو جاتا ہے۔

پہلی عالمی جنگ سے لے کر اب تک تقریباً ہر چھوٹے بڑے ملک کو اس قسم کی ہڑتالوں سے واسطہ پڑ چکا ہے۔ لندن، پیرس، نیویارک وغیرہ میں ایسے حالات میں دودھ کی بہم رسانی رُک جانے کے باعث لاکھوں بچے بھوک سے بلبلانے لگتے ہیں۔ اور دودھ ایسی ضروریاتِ زندگی میں شامل ہوتا ہے جنہیں اوّلین اور ترجیحی حیثیت حاصل ہوتی ہے۔

لیکن اب تو اتنے تباہ کن اور ہلاکت خیز جنگی ہتھیار ایجاد ہو چکے ہیں اور دن بدن اسی جانب دُنیا ترقی کرتی چلی جا رہی ہے کہ گذشتہ عالمی جنگوں میں ڈنمارک اور ہالینڈ جیسے چھوٹے چھوٹے ملک اگر چند گھنٹوں میں مغلوب ہوئے تھے تو اب روس اور امریکہ جیسی طاقتیں ایک جھپک میں بنیادوں سے ہل جائیں گی۔ ان کا سارا نظامِ حکومت درہم برہم ہو جائے گا۔ نہ خوراک وضروریاتِ زندگی کے ڈپو رہیں گے اور نہ ڈپوؤں والے۔ اور زندہ رہ جانے والے

دودھ پیتے بچوں کی زندہ رہنے والی مائیں اپنے جگر گوشوں کو بھوک سے بلکتا اور تڑپتا دیکھ کر بالکل بے بس ہوں گی، اور بچے کے لیے قدرت کے پیدا کردہ چشمۂ شیریں کے سوتے بند کر دینے کی المناک سزا بھگتیں گی۔

یورپین تمدن کے دلدادہ افریقی اور ایشیائی لوگوں نے بھی مغربی ممالک کے تاجروں کے بڑے وسیع پروپیگنڈے سے متاثر ہو کر قدرتی غذا ترک کر کے درآمد شدہ بند ڈبوں کا دودھ بچوں کو پلانا شروع کر دیا ہے، اور خوہ مخواہ کی دردسری مول لے لی ہے۔

بے شک گذشتہ زمانوں میں ذی استطاعت لوگ تھوڑا عرصہ ماں کا دودھ پلا کر بچے کے لیے کوئی اور عورت دودھ پلائی رکھ لیا کرتے تھے۔ اور کم استطاعت لوگ جو ہمیشہ ماں کا دودھ ہی پلایا کرتے، جب بچے کی ماں بیمار ہوتی یا مر جاتی تو بجائے کسی دوسری عورت کا دودھ پلانے کے بکری یا گائے کا دودھ پلایا کرتے تھے۔ مگر ہمیشہ ماں کے دودھ کے بعد کسی دوسری عورت کے دودھ ہی کو ترجیح دی جاتی تھی۔ اب تو روزِ اوّل سے بلاوجہ و بلاضرورت ڈبے کا دودھ شروع کر دیا جاتا ہے۔

بعض لوگ یہ بھی کہا کرتے ہیں کہ دودھ پلانے سے ماں کی صحت پر بُرا اثر پڑتا ہے۔ کیا قدرت کو یہ علم نہ تھا؟ اور اس نے اس کے بدن میں یہ نظام خواہ مخواہ پیدا کر دیا تھا؟ انسانی جسم میں کوئی عضو، کوئی ترتیب و ترکیب بلاوجہ اور بیکار نہیں ہے اور اس کے معطل ہونے سے دوسرے اعضا پر بھی اثر پڑتا ہے۔ بعض ہندو جوگی ایک عرصہ تک اپنا بازو کھڑا رکھ کر خشک کر کے اسے بالکل بے کار کر لیتے ہیں۔ اس کا اثر جسم کی عام صحت و طاقت پر بھی پڑتا ہے۔ اسی طرح قدرت کے پیدا کردہ دودھ کے اِن سوتوں کو بند کر دینا صحت پر اثر انداز ہوئے بغیر نہیں رہتا۔ اگر کسی عورت کی جوانی اس کے ترک کر دینے سے لمبی ہوتی ہے تو صرف تین چار سال۔ پھر وہ ڈھلنی شروع ہو جاتی ہے۔ جن کی اولاد ہی پیدا نہیں ہوتی وہ بھی آخر اسے کھو ہی بیٹھتی ہیں۔ اور مصنوعی ذرائع سے بانجھ پن اختیار کرنے والی عورتوں کی ادھیڑ عمر میں صحت بالعموم برباد ہو جاتی ہے۔

یہ عام مشاہدہ ہے کہ میانہ روی کی زندگی بسر کرنے والی اور بچوں کو اپنا دودھ پلانے والی ماؤں کی عمریں لمبی اور صحت مند ہوتی ہیں۔

صانعِ حقیقی جس کے علم میں تمام زمانے ہیں اور جو نوعِ انسان کے ہر زمانے میں مشکلات و مصائب پیش آنے والے خوب جانتا ہے، اپنی کتابِ حکیم قرآن کریم میں فرماتا ہے: ''انسان کو اس کی ماں تکلیف سے اُٹھائے پھری اور تکلیف سے ہی اسے جنا، اور اس کے اس طرح اُٹھائے پھرنے اور دودھ پلانے کا عرصہ تیس مہینے کا ہوا کرتا ہے[۱]۔'' یعنی وہ عرصہ جس میں ایک بچہ ماں کے گوشت پوست اور خون سے پرورش پاتا رہتا ہے، تیس ماہ یا اڑھائی سال کا ہوا کرتا ہے۔ حمل کے آٹھ نو ماہ نکال کر باقی عرصہ تقریباً دو سال کا ہوتا ہے جیسا کہ ایک اور جگہ فرمایا: ''مائیں اپنے بچوں کو دو سال دودھ پلایا کرتی ہیں[۲]۔'' اس عرصہ کے دوران میں بچہ کسی حد تک اور اس کے بعد کلیتہً دوسری غذا کھانا شروع کر دیتا ہے۔

اس لحاظ سے قرآنی تعلیم پر اگر عمل کیا جائے تو بہت سی خانگی زندگی سے متعلق اقتصادی اور دوسری مشکلات حل ہو سکتی ہیں۔ اور بچے قدرتی غذا سے پرورش پا کر صحت مند زندگی حاصل کر سکتے ہیں۔

ایک اور امر بھی قابلِ غور ہے۔ شیر خوار بچے کو ماں کا دودھ چھڑا کر جو دوسرا دودھ پلایا جاتا ہے، وہی اور اسی مقدار میں اگر ماں کو پلایا جائے تو ماں کی صحت پر بھی بہت اچھا اثر پڑے گا اور بچہ بھی بیرونی دودھ کے بداثرات سے محفوظ رہے گا۔

(۵)

عام صحت و حفاظتِ جسمانی

شیر خوارگی کا زمانہ گزرنے کے بعد بچہ آہستہ آہستہ ہوش سنبھالتا ہے۔ اور ساتھ ساتھ اپنی ضروریاتِ زندگی اور جسم کی صفائی وغیرہ کے لیے دوسروں کی مدد اور نگرانی سے آزاد ہوتا چلا جاتا ہے۔ حتیٰ کہ پوری طرح اس کا خود ذمہ دار ہو جاتا ہے۔ اسلام نے حفظانِ صحت سے متعلق جو ہدایات اس کی روزانہ زندگی کی نسبت صبح بستر سے اُٹھنے سے لے کر رات سونے تک یا کبھی حسبِ ضرورت کام آنے والی، ایک بالغ عاقل کے لیے تجویز کی ہیں، ہم انہیں سلسلہ وار پیش

(۱) احقاف، ۲ ع۔

(۲) لقمان، ۳ ع۔

کریں گے۔

سویرے جاگنا:

رات جلد سونے اور صبح سویرے بیدار ہونے کی اہمیت اور افادیت سے انکار نہیں کیا جا سکتا۔ تمام اطباء اور ماہرینِ حفظانِ صحت اس پر زور دیتے ہیں۔ مشہور انگریزی مثل ہے:

''رات جلد سونا اور صبح سویرے جاگنا، انسان کو صحت مند، عقل منداور دولت مند بناتا ہے۔''

اسلام میں ہر مسلم پر روزانہ پانچ نمازیں بروقت پڑھنا فرض ہے[1]۔ مگر ان میں سے تین کا تو دن کے کام دھندوں کے درمیان وقت آتا ہے، اور ایک کا رات سونے سے پہلے اور ایک کا صبح پَو پھٹتے ہی۔ رات اور صبح کی دو نمازیں سب سے زیادہ اہم قرار دی گئی ہیں۔ اس کے ساتھ اوّل وقت پر نمازیں ادا کرنے کی بھی ہدایت ہے۔ عشاء یا سونے سے پہلے نماز کی نسبت یہ بھی حکم ہے کہ اس کے فوراً بعد سو جانا چاہیے اور بلاضرورت رات گئے تک فضول باتوں یا کاموں میں وقت ضائع نہیں کرنا چاہیے[2] اور صبح کی نماز کے لیے پَو پھٹتے ہی اُٹھ کھڑا ہونا چاہیے[3]۔

ان دو نمازوں کی اہمیت کا اندازہ اس سے ہو سکتا ہے کہ بانیِ اسلام حضرت رسول کریم ﷺ جیسا رحیم و کریم انسان بعض دفعہ عشاء اور صبح کی نماز میں فرمایا کرتے: ''اے لوگو! میرا جی چاہتا ہے کہ تم تو نماز پڑھو اور میں جنگل جا کر خشک لکڑیاں جمع کر لاؤں اور ان لوگوں کے گھر پھونک دوں جو رات عشاء کی نماز میں نہیں آتے اور صبح کی نماز کے وقت بستروں میں پڑے سوتے ہیں[4]۔'' منافق پر صبح اور عشاء کی نماز گراں گزرتی ہے۔ ان نمازوں میں شامل ہونے کے لیے گھٹنوں کے بل چل کر آنا پڑے تو بھی آؤ[5]۔ اس کے علاوہ ایک اور واضح ارشاد حضور علیہ السلام کا ہے۔ سویرے اُٹھا کرو، کیونکہ اس کا بڑا اجر یا فوائد ہیں۔

(۱) تجرید بخاری، حصہ اوّل، کتاب بداء الاذان، حدیث نمبر ۳۴۷۔ و ترمذی جلد اوّل کتاب الصلوٰۃ، ص ۲۴۔ مطبوعہ مطبع علمی پریس، دہلی۔ دیگر حوالہ جات ترمذی اسی ایڈیشن سے ہوں گے۔

(۲) تجرید، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۳۰۷۔

(۳) ایضاً، حدیث نمبر ۳۱۷-۳۲۴-۳۲۵-۳۲۶۔

(۴) ترمذی، جلد اوّل، ابواب الصلوٰۃ۔

(۵) تجرید حصہ اوّل، حدیث نمبر ۳۶۷۔

پھر حضورﷺ نے مرض الموت میں اپنے خاص صحابی حضرت ابو ہریرہؓ کو جو تین خاص وصیتیں کیں، ان میں سے ایک یہ تھی کہ خواہ ساری رات عبادت میں گزار دو، صبح سویرے کی نماز بیدار ہو کر ضرور پڑھنا۔ نیز فرمایا: "صبح کی نماز اس وقت پڑھو، جب ستاروں میں ابھی روشنی ہو۔" رسولؐ پاک کے زمانہ میں مستورات نمازِ فجر ادا کرنے کے بعد جب گھروں کو لوٹتیں تو شناخت نہ کی جا سکتی تھیں، کیونکہ ابھی کافی تاریکی ہوتی تھی۔"[1]

حضرت بانیٔ اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے نمازوں کے بروقت اور اوّل وقت پر پڑھنے کی خاص کر عشاء اور صبح کی دو نمازوں کی بڑی اہمیت ظاہر فرما کر دنیا کے سامنے زرّین اصول پابندیٔ وقت اور صحت پیش کیے ہیں اور نوعِ انسان پر بھاری احسان کیا ہے۔

ہم نے تو صبح سویرے بیداری کی عادت سے جہاں تک صحت و ثبات کا تعلق ہے، بہت فائدہ اُٹھایا ہے۔ فالحمدللہ علیٰ ذالک۔

بیداری سے متعلق بعض ابتدائی ہدایات:

قدرت نے سانس لینے کے لیے ناک بنائی ہے۔ لیکن بیداری میں بعض دفعہ انسان غلطی سے منہ سے بھی سانس لیتا ہے۔ رات سوتے وقت منہ بند ہونے کے باعث وہ صرف ناک سے سانس لیتا ہے۔ اور اس کے ساتھ اندر سے نکلنے والے غلیظ مواد اور کثافتیں تھوڑی بہت ناک کے اندر جم جاتی ہیں۔ سانس کے اچھی طرح نکلنے اور صحت کے لیے غلاظت کی اس تہہ کا بستر سے اُٹھتے ہی ہٹانا ضروری ہوتا ہے۔ اس لیے بیدار ہوتے ہی انسان کا پہلا کام اسلام نے یہ بتایا کہ وہ اپنی ناک اچھی طرح صاف کرے۔ چنانچہ حدیث میں آتا ہے کہ بستر سے اُٹھتے ہی سب سے پہلے ناک صاف کرو، کیونکہ رات بھر اس میں شیطان گھسا رہتا ہے۔[2]

شیطان عربی لغت کی رُو سے نہ صرف اس ہستی کو کہتے ہیں جو انسان کو گمراہ کرتی ہے، بلکہ ہر ایذا دینے والی ضرر رساں چیز یا جاندار کو بھی شیطان کہتے ہیں۔ مثلاً زقوم یا تھوہر کے

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۔

(۲) تجرید بخاری، حصہ دوم، کتاب بدء الخلق، حدیث نمبر ۲۱۵۔

پودے جو دُور سے پھن دار سانپ معلوم ہوتے ہیں، قرآنِ کریم انہیں رؤس الشیاطین یعنی سانپوں کے سروں سے تشبیہ دیتا ہے۔ نیز شیطان سے مراد غلاظت اور ضرر پہنچانے والے جراثیم بھی ہیں۔ پس حدیث کا مطلب یہ ہے کہ سوتے وقت نتھنوں میں غلاظت اور جراثیم وغیرہ جمع ہو جاتے ہیں۔ دن کے وقت تو انسان ہوشیار رہتا ہے۔ ہر وقت نتھنے صاف رکھنے کی کوشش کرتا رہتا ہے۔ اور رات غفلت میں کچھ نہیں کرتا، اس لیے اندر مواد زیادہ جمع ہو جاتے ہیں۔ لہٰذا اُٹھتے ہی انہیں صاف کرنا مناسب ہوتا ہے۔ اس کے ساتھ ہتھیلیوں سے آنکھوں کو ملنا چاہیے۔ اس سے آنکھیں اچھی طرح کھل جاتی ہیں[1]

یہ دونوں عمل ایسے ہیں کہ انسان پر نیند کے باعث جو غفلت اور سُستی طاری ہوتی ہے، بہت حد تک زائل ہو جاتی ہے۔

اس کے بعد جوتا جھاڑ کر پہنا جائے۔ ممکن ہے کوئی موذی جانور اس میں گھسا ہوا ہو۔ گرم مرطوب ملکوں کے دیہات میں یہ اندیشہ زیادہ ہوتا ہے۔

اسی طرح اگر سونے کے کپڑے اَور ہوں اور دن کے استعمال کے اَور تو انہیں بھی خوب جھاڑ کر پہنا جائے، مبادا ان میں رات کے اندھیرے میں کوئی موذی جانور چھپ گیا ہو[2]

پانی کے کسی برتن میں ہاتھ بغیر دھوئے نہیں ڈالنا چاہیے کیونکہ نہ معلوم رات غفلت میں وہ کہاں کہاں لگتا رہا ہو۔

طبعی حوائج:

رفع حاجت کے لیے حسبِ رواج اپنے گھر کے بیت الخلا میں یا باہر جنگل جائیں تو اس سے فارغ ہو کر طہارت یا صفائی کی جائے۔

گو ہر مذہب و ملت میں عام صفائی کی نسبت ہدایات پائی جاتی ہیں۔ مگر اسلام نے

---

(۱) تجرید بخاری، حصہ اوّل، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۱۳۳۔

(۲) تجرید حصہ اوّل، حدیث ۱۲۷۔

ان امور میں اتنی تفصیلی اور واضح ہدایات دی ہیں اور ایسے اصول وقواعد تجویز کیے ہیں کہ ان کی کہیں نظیر نہیں ملتی۔ اور ہمارے اسلاف نے چھوٹے چھوٹے مسائل پر اتنی طول طویل اور سیر کن بحثیں کی ہیں کہ انہیں پڑھ کر انسان حیران رہ جاتا ہے۔ بعض لوگ ان کی حکمت اور فلسفہ نہ سمجھنے کے باعث انہیں ڈھیلے اور استنجے کے مسائل کہہ کر ہنسی میں ٹال دیتے ہیں۔ لیکن اگر ان پر علمی نقطۂ نظر سے غور کیا جائے تو ان کی افادیت واہمیت سے انکار نہیں ہوسکتا۔ حقیقت بھی یہی ہے کہ حفظانِ صحت کے قواعد میں گو بظاہر یہ معمولی باتیں ہیں لیکن بنیادی اُمور کی حیثیت رکھتی ہیں۔

دورِ حاضر کی متمدن اقوام میں رفعِ حاجت کے بعد کاغذ، کپڑے وغیرہ سے صفائی کی جاتی ہے۔ بعض دفعہ پانی بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ اور غیر متمدن اقوام میں ڈھیلے، پتھر وغیرہ یا پانی سے کام لیا جاتا ہے۔ لیکن اسلام میں اس غرض کے لیے پانی کا استعمال فرض قرار دے[1] کر اتنی مفید ہدایات دی گئی ہیں کہ ان کا کسی اور قوم میں متمدن ہو یا غیر متمدن نام ونشان نظر نہیں آتا۔ اور ایک عقلمند انسان اپنے قومی وملّی تعصّبات سے بالا ہوکر اس امر سے انکار نہیں کرسکتا کہ جب تک کوئی حکیم وعلیم ہستی رہنمائی نہ کررہی ہو، کوئی انسان اس قسم کی پُرحکمت اور بنی نوعِ انسان کے لیے نہایت ہی مفید باتیں بتا نہیں سکتا۔

فراغت کے بعد بہترین طریقِ صفائی یہ ہے کہ استنجا کے لیے صرف بایاں ہاتھ کام میں لایا جائے[2] اور داہنے سے پانی ڈالا جائے۔ اس پابندی میں بڑی حکمت ہے۔

قدرت نے خود ہی ہاتھوں میں تقسیم کار کردی ہے۔ استثنائی صورتیں چھوڑ کر ہر انسان کا دایاں ہاتھ بائیں کی نسبت زیادہ مضبوط اور طاقتور ہوتا ہے۔ اکثر حیوان بھی پہلے اپنا داہنا پاؤں ہی اُٹھاتے ہیں، مثلاً گھوڑا۔ اسی لیے عربی میں اسے یمین یا برکت والا ہاتھ کہا گیا ہے۔ اسی قدرتی تقسیم کے مطابق کھانے پینے میں دایاں اور طہارت وصفائی میں بایاں ہاتھ کام میں لانے کی اسلام میں ہدایت ہے۔

ایک مسلم ڈاکٹر نے مجھے ایک واقعہ بتایا: ''ایک غیر مسلم جس کی پنڈلی پر چوٹ لگی

---

(۱) تجرید بخاری، حصہ اوّل، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۱۱۹۔

(۲) ایضاً، حدیث نمبر ۱۲۰۔

ہوئی تھی، اور خون زخم سے بہہ رہا تھا، علاج کے لیے میرے پاس آیا۔ میں نے اسے ایک برتن میں زخم دھونے کے لیے پانی دیا۔ وہ دائیں سے پانی لے کر اسی سے زخم صاف کرنے لگا۔ اور بار بار وہی خون آلود ہاتھ برتن میں ڈالنے سے پانی بالکل گندا ہو گیا۔ وہ پانی گرا کر میں نے اسے اور صاف پانی دیا اور اسے کہا کہ زخم پر دائیں ہاتھ سے پانی ڈالو اور بائیں سے صاف کرو۔ زخم بھی جلد صاف ہو جائے گا اور پانی بھی خراب نہ ہوگا۔ اور اسے بتایا کہ اسلام نے دائیں اور بائیں ہاتھ کے کاموں کی تقسیم میں یہی حکمت رکھی ہے۔"

حضور ﷺ نے فرمایا: جب تم کپڑا پہنو، غسل کرو یا وضو کرو تو دائیں جانب سے شروع کرو[1]۔ سوائے طہارت وغیرہ کے جب نجاست صاف کرنی پڑتی ہے۔ ہر کام میں دائیں ہاتھ کو کام میں لانے کی ہدایت ہے۔

رفع حاجت کے بعد پانی سے طہارت کرنے سے قبل اگر کسی صاف ستھری خشک چیز، مثلاً کپڑا، کاغذ، ڈھیلا، پتھر وغیرہ سے متعلقہ حصۂ جسم پونچھ لیا جائے تو بڑی اچھی بات ہے۔ گو صرف پانی استعمال کرنے میں بھی کوئی حرج نہیں ہے مگر دونوں کے استعمال سے صفائی اچھی ہوتی ہے۔ اور یہی بہترین طریقہ ہے جسے حضرت رسول کریم ﷺ نے بہت پسند فرمایا[2]۔

ہاں اس غرض کے لیے تین ٹکڑے کاغذ یا کپڑے کے، تین یا طاق ڈھیلے یا پتھر کام میں لائے جائیں تو زیادہ مناسب ہوتا ہے[3]۔ تین کی تعداد زیادہ صفائی کے پیشِ نظر مقرر کی گئی ہے۔ ایسا کرنے کے بعد پانی سے جسم کے متعلقہ حصے دھوئے جائیں تو بہت زیادہ صفائی ہو جاتی ہے۔ اسلامی اصطلاح میں اسے استنجا کہتے ہیں۔ یہ ہے استنجا اور ڈھیلا کا مسئلہ جس پر غیر مسلم اور بعض ناواقف نو تعلیم یافتہ مسلمان ہنسی اُڑایا کرتے ہیں۔ صحت و صفائی کے نقطۂ نظر سے اس میں کون سی قباحت یا کونسا امر قابلِ اعتراض ہے؟

استنجا کرنے کے بعد بایاں ہاتھ جس سے صفائی کا کام لیا جاتا ہے، صاف مٹی پر رگڑ کر یا بصورتِ استطاعت صابن سے دھو لیا جاتا ہے[4]۔

---

(۱) تجرید حصہ اوّل، حدیث نمبر ۱۲۹۔
(۲) ایضاً، حدیث نمبر ۱۱۹-۱۲۱-۱۵۵۔
(۳) ایضاً۔
(۴) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۲۵۔

ہاں اس صفائی یا استنجا کے سلسلہ میں ایک پابندی بھی ہے، جو بظاہر بالکل معمولی سی بات معلوم ہوتی ہے مگر درحقیقت ہے بڑی پُر حکمت۔ شارعِ اسلام علیہ الصلوٰۃ والسلام نے فرمایا:

''فراغت کے بعد متعلقہ حصۂ جسم کی صفائی ہڈی اور گوبر سے ہرگز نہ کرنی چاہیے، کیونکہ ان میں جِن ہوتے ہیں(۱)۔''

جنوں کے متعلق عوام کے توہمات و تصورات کے پیشِ نظر یہ بات بڑی مضحکہ خیز معلوم ہوتی ہے، لیکن جِن کے لُغوی معانی پر غور کیا جائے تو اس امتناع کی حقیقت واضح ہو جاتی ہے۔ عربی میں جِن کا لفظ ہر مخفی چیز موذی یا غیر موذی کے لیے استعمال ہوتا ہے۔ کوئی خطرناک کام کرنے والا انسان مثلاً فلک بوس عمارت تعمیر کرنے والا معمار، بلّی، شیر وغیرہ بھی جِن کہلاتے ہیں۔ اسی طرح اس لفظ کا اطلاق غیر مرئی جراثیم پر بھی ہوتا ہے۔

میرے ایک بزرگ نے ایک واقعہ سنایا۔ ایک آزاد خیال نوتعلیمیافتہ مسلمان نوجوان نے مجھ سے جب یہ بات سنی تو بڑی تحقیر سے اس پر ہنسی اُڑائی۔ اتفاق سے اس کے بعد کسی موقع پر اس نے رفعِ حاجت کے بعد صفائی کے لیے ہڈی استعمال کر لی۔ اس کے استعمال کرتے ہی پاخانہ کے مقام پر اسے شدید سوزش شروع ہوگئی اور ورم ہوگیا۔ بات یہ تھی کہ اس ہڈی پر چھوٹی سرخ چیونٹیاں تھیں جو سخت زہریلی ہوتی ہیں اور جن پر اس کی نظر نہ پڑی۔ اُنہوں نے اسے کاٹ کھایا۔ جب اس کی تکلیف بڑھ گئی تو میرے پاس آیا۔ غلطی کا اعتراف کیا، اظہارِ ندامت کیا اور ساتھ ہی علاج دریافت کیا۔ میں نے کہا جس محسن ہستی پر تم نے تمسخر کیا تھا، اب اسی پر درود بھیجو اور توبہ کرو۔ چنانچہ اس کی تکلیف جاتی رہی۔''

ہڈی اور گوبر میں کئی قسم کے کیڑے اور جراثیم ہوتے ہیں، اور خود غلیظ ہوتے ہوئے غلاظت کیسے دور کر سکتے ہیں۔

ترقی یافتہ اور متموّل ممالک کے دیہات میں بھی طہارت کے لیے کاغذ اور اس قسم کی دیگر اشیاء کام میں لائی جاتی ہیں۔ مٹی کے ڈھیلے اور پتھر کا استعمال ان کے لیے اچنبھا ہے۔ لیکن اسلام عالمگیر مذہب ہے اور اس کے احکام امیر و غریب، کالے گورے، شہری دیہاتی، خشک و مرطوب، سرد و گرم ممالک کے رہنے والوں کے لیے یکساں ہیں۔ دُنیا کا بیشتر حصہ پسماندہ اور

---

(۱) تجرید حصہ اوّل، حدیث نمبر ۱۲۲۔

افلاس زدہ ہے۔ جن بیچاروں کو پیٹ بھر روٹی نصیب نہیں ہوتی، وہ استنجا کے لیے کاغذ کیسے خرید سکتے ہیں۔ انہیں تو رفعِ حاجت کے لیے کھلا جنگل اور طہارت کے لیے قدرت کے پیدا کردہ معمولی سہل الحصول مفت سامان ہی کام دے سکتے ہیں۔

میرا تجربہ ہے کہ کاغذ، کپڑا وغیرہ کی نسبت مٹی کا ڈلا زیادہ صفائی کرتا ہے اور پانی جیسا کہ عرض کیا گیا ہے، سونے پر سہاگہ کا کام دیتا ہے۔

طہارت کے لیے مغربی اقوام میں پانی کا استعمال کہیں کیا جانے لگا ہے تو یہ حال میں ہی شروع ہوا ہے۔ ورنہ اب تک صرف کاغذ کپڑا پر ہی گزارا کیا جاتا تھا۔ لیکن پانی سے طہارت نہ کرنا نماز پڑھنے والے مسلمان کے دل میں سخت انقباض پیدا کرتا ہے۔ پھر اس قسم کی ناقص طہارت کے ساتھ نہانے کے لیے بھرے ٹب میں بیٹھ جانا اس کی طبیعت پر اور زیادہ گراں گزرتا ہے۔ اور ایسا غسل اس کی نگاہ میں غسل ہی نہیں ہوتا۔ اس لحاظ سے ایک مسلمان کا معیارِ صفائی و پاکیزگی کتنا بلند ہے۔

اسلامی معیارِ پاکیزگی کی بلندی ایک اور امر سے بھی ظاہر ہے۔ صرف پیشاب کرنے کے بعد بھی طہارت کرنا ضروری ہوتا ہے۔ پیشاب کے بعد پیشاب کی نالی میں قطرے رک جاتے ہیں جو کچھ دیر بعد غیر محسوس طور پر خارج ہو کر لباس یا رانوں پر لگ کر انہیں گندہ کرتے رہتے ہیں۔ اس غلاظت سے بچنے کے لیے دو طریقے اختیار کیے جاتے ہیں۔ اوّل کسی جاذب چیز مثلاً مٹی کے خشک ڈھیلے، جاذب کاغذ، کپڑے وغیرہ سے قطرات خشک کر لیے جاتے ہیں اور پھر پانی سے طہارت کی جاتی ہے۔ دوسرے اسی وقت صرف پانی سے طہارت کی جاتی ہے۔ پانی کی خنکی سے پیشاب کی نالی سکڑ جاتی ہے اور اس کے باعث قطرات فوراً خارج ہو جاتے ہیں اور ساتھ ہی پانی سے صفائی بھی ہو جاتی ہے۔

دوسری تمام اقوام میں پیشاب کے قطرات سے ذرا پرہیز نہیں کیا جاتا۔ پیشاب کیا، فوراً اُٹھ کھڑے ہوئے۔ پتلون کے بٹن بند کر لیے، پاجامہ کا ازار بند باندھ لیا یا دھوتی سے متعلقہ حصۂ جسم ڈھک لیا، اور بس۔ ایسے قطرات جسم یا لباس پر لگ کر بُو اور غلاظت پیدا کرتے ہیں۔ اور بعض دفعہ رانوں وغیرہ پر جلدی امراض پیدا کرنے کا موجب ہوتے ہیں۔

میں نے اکثر دیکھا ہے کہ ہندو پاخانہ میں پانی کا لوٹا بجائے طاق میں رکھنے کے

نیچے فرش پر رکھ دیتے ہیں، جس پر پیشاب کی چھینٹیں بھی پڑتی رہتی ہیں، اور پھر اسی سے آبدست کیا جاتا ہے۔ مسلمان اس غرض کے لیے بھی پاک وصاف پانی استعمال کرتا ہے۔ اور اسے ایسی جگہ رکھتا ہے، جہاں وہ پیشاب کے چھینٹوں سے محفوظ رہے۔ طہارت صحیح معنوں میں پاک وصاف پانی سے ہی ہو سکتی ہے۔ اس کے علاوہ وضو کے پانی کو پاخانہ میں رکھنا منع ہے[1]۔

ایک نمازی مسلم کا بدن اور لباس بول و براز کی معمولی سے معمولی اور دوسری ہر قسم کی غلاظتوں سے پاک ہوتا ہے۔ اور بعض تو اتنی احتیاط سے کام لیتے ہیں کہ اگر ایک قطرہ پیشاب ان کے بدن یا کپڑے پر لگ جائے تو جب تک اسے اچھی طرح دھو کر صاف نہ کر لیں، انہیں چین نہیں آتا۔ گویا اس غلاظت سے پرہیز مسلمان کی فطرتِ ثانیہ بن جاتی ہے۔

ایک حدیث میں آتا ہے کہ حضرت رسولِ کریم ﷺ ایک مرتبہ ایک قبر کے پاس سے گزرے۔ آپؐ نے کشف میں دیکھا کہ مدفون پر عذابِ الٰہی نازل ہو رہا ہے، اس لیے کہ وہ اپنی زندگی میں پیشاب کے قطرات سے پرہیز نہیں کیا کرتا تھا۔ بلاشک انسان کے اپنے جسم سے نکلے ہوئے فضلات بالخصوص بول و براز بدترین غلاظت ہوتی ہے۔ اور جسم ولباس کو خراب کرنے کے علاوہ خود انسان کو جب وہ اس سے پرہیز نہ کرے، کئی قسم کے امراض میں مبتلا کر دیتی ہے۔ آئندہ زندگی کا معاملہ تو الگ رہا اس نجاست سے پرہیز نہ کرنے والے اسی زندگی میں کئی قسم کے جلدی امراض خارش جلن وغیرہ کے شکار ہو کر دوزخ کی آگ کا مزہ چکھ لیتے ہیں۔

یہاں ضمناً ایک بات کا بیان کر دینا مناسب معلوم ہوتا ہے۔ بعض مسلمان پیشاب کرنے کے بعد کھڑے ہو کر ڈھیلے سے استنجا کرتے ہوئے کسی ایسی جگہ پر دکھائی دیتے ہیں، جہاں سے لوگ گزر رہے ہوتے ہیں، اور عجیب عجیب حرکات کرتے ہیں۔ یہ نہایت نامعقول اور بے حیائی کا طریق ہے جسے اسلام ہرگز پسند نہیں کرتا۔ ایسی ہی ناپسندیدہ حرکات دیکھ کر نو تعلیم یافتہ طبقہ نہایت مفید اور کارآمد اسلامی اصول وقواعدِ حفظانِ صحت کو ڈھیلے اور استنجے کے مسئلے کہہ کر ٹال دیا کرتا ہے، اور ان کا سننا بھی پسند نہیں کرتا۔ صحیح اور مناسب طریقہ یہ ہے کہ بیٹھے بیٹھے دوسروں کی نظروں سے اوجھل ڈھیلے یا پانی سے استنجا وطہارت کی جائے، جیسا کہ حضور ﷺ کا

---

(۱) تجرید بخاری، حصہ اول، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۱۱۵۔

معمول تھا۔[1]

بول و براز کی معمولی آلائش سے پرہیز رکھنے کی وجہ ظاہر ہے۔ اگر کسی چھوٹی سی برائی سے اجتناب نہ کیا جائے تو آہستہ آہستہ بڑی برائی سے انسان غافل ہوتا چلا جاتا ہے اور پھر صفائی و پاکیزگی نام کی رہ جاتی ہے۔

ایک اور لحاظ سے بھی اسلامی طریقِ طہارت بہت مفید ہے۔ پھرنے اور کام کاج کرنے سے بالخصوص گرم مرطوب علاقوں میں رانوں کے درمیان پسینہ بہت نکلتا رہتا ہے۔ پانی سے بدن کے ان حصوں کو دھونے سے مسام کھل جاتے ہیں اور میل کچیل دُور ہو جاتی ہے۔

پانچ وقت نماز ادا کرنا ہر مسلمان پر فرض ہے۔ لیکن جب تک جسم اور لباس پاک و صاف نہ ہوں، نماز نہیں ہوسکتی۔ بالفاظ دیگر جسم ولباس کا پاک وصاف رکھنا ہر مسلم کا فرض ہے۔

جیسا کہ بتلایا جا چکا ہے، دُنیا کی بدترین غلاظت جس سے انسان کا ہر روز کئی مرتبہ واسطہ پڑتا ہے، اس کا اپنا بول و براز ہے۔ اور یہی گندگی ایسی ہے جو اس کے لیے سب گندگیوں سے زیادہ اس کی صحت وثبات پر اثر انداز ہوتی ہے۔ اور اس سے جتنا پرہیز کیا جائے اور اسے اپنی قیام گاہوں اور کام کاج کے مقامات سے دُور رکھا جائے، اتنا ہی زیادہ مفید ہوتا ہے۔ اس کا قرب انسان کے لیے ہلاکت اور اس کا بُعد راحت اور صحت کا باعث ہے۔

لیکن اس کی ضرر رسانی اور نقصانات جاننے کے باوجود اس کی نسبت بڑی غفلت اور لاپروائی برتی جاتی ہے۔ اسلام کے علاوہ اور کسی تمدن یا شریعت میں اس سے کما حقہٗ پرہیز اور نفرت رکھنے کی تلقین نہیں کی گئی۔ لہٰذا ہم بلاخوف تردید یہ کہنے کے لیے تیار ہیں کہ دُنیا کے تمام مذاہب وملل میں اسلام کو ہی یہ امتیاز حاصل ہے کہ اُس نے اِس گندگی سے عملی طور پر پرہیز، بلکہ یہ کہنا چاہیے، اس سے انتہائی نفرت رکھنے کی پُرزور تلقین کی ہے، اور اس کے بداثرات سے بچنے اور محفوظ رہنے کے لیے تفصیلی اور نہایت مفید ہدایات دی ہیں، اور بے نظیر طریق بتائے ہیں۔

صحت وصفائی کے نقطۂ نظر سے قضائے حاجت کے طریق اور بیت الخلاء کی تعمیر و بناوٹ بھی اہمیت رکھتی ہے۔

رفعِ حاجت کا سیدھا سادہ قدرتی طریقہ وہی ہے جس کا رواج دُنیا کے بیشتر حصہ

---

(۱) تجرید بخاری، حصہ اوّل، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۱۵۹ و مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۰۹۔

میں پایا جاتا ہے، اور جو موجودہ ترقی یافتہ اقوام میں بھی گزشتہ صدی تک رہا تھا، یعنی پاؤں کے بل زمین پر بدن کو کسی اور چیز کا سہارا دیئے بغیر بیٹھنا۔ آج کل یورپی اقوام اور ان کے تمدن کے دلدادہ لوگ اس پر تمسخر کرتے ہیں، اور اسے جنگلی اور وحشیانہ طریقہ قرار دیتے ہیں۔ لیکن اگر غور کیا جائے تو طبی لحاظ سے یہی صحت و ثبات کے لیے نہایت مفید اور صاف ستھرا طریقہ ہے۔ حضرت رسولِ کریم ﷺ گھر میں جب قضائے حاجت کے لیے جاتے تو دو اینٹوں پر قدم رکھتے۔(۱)

اس طرزِ نشست سے جسم کے بالائی حصہ کا سارا بوجھ امعائے مستقیم (وہ آنت جس میں فُضلہ بدن سے خارج ہونے کے لیے آخری مرحلہ پر پہنچتا ہے) پر پڑتا ہے۔ اس کے ساتھ پیٹ پر دونوں جانب سے رانوں کا دباؤ ہوتا ہے۔ ٹانگوں کے کھلا ہونے، پیٹ اور جسم کے قدرتی دباؤ کے باعث اس آنت کا منہ پُوری طرح کھل جاتا ہے، اور اس کی حرکتِ دُودی تیز ہو جاتی ہے جس سے فُضلہ کا اخراج جلد اور بسہولت ہو جاتا ہے۔

پسماندہ اور نیم ترقی یافتہ اقوام میں حسبِ ضرورت اور اپنے ماحول کے مطابق اسی قدرتی طریقہ پر عمل کیا جاتا ہے۔ چھوٹی بستیوں اور دیہات کے لوگ بالعموم جنگل چلے جاتے ہیں اور فراغت کے بعد جائے فراغت سے ہٹ کے دوسری جگہ بیٹھ کر طہارت کر لیا کرتے ہیں۔ اور شہری لوگ اپنے مکانوں میں مختلف قسم کے بیت الخلاء تعمیر کر لیتے ہیں جن میں عموماً دو تین قدمچے ہوا کرتے ہیں۔ ایک یا دو قضائے حاجت کے لیے اور ایک آبدست کے لیے استعمال کیا جاتا ہے، مگر وہ اتنے بلند ہوا کرتے ہیں کہ بول و براز یا طہارت کرتے وقت جسم یا لباس پر چھینٹے نہیں پڑ سکتے۔

بعض دفعہ شہری پاخانہ میں ایک ہی قدمچہ اس قسم کا بنا ہوتا ہے کہ اس کی موری اچھی کھلی اور ڈھلوان ہوتی ہے اور غلاظت خود بخود بہہ کر نیچے گندی نالی میں چلی جاتی ہے۔ اور جب اس پر بیٹھ کر آبدست کیا جاتا ہے تو اس پانی سے اس کی اور موری کی مزید صفائی ہو جاتی ہے۔

اس طریقہ کے اختیار کرنے سے اگر معمولی احتیاط سے کام لیا جائے تو بدن اور لباس

---

(۱) صحیح بخاری، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۱۳۶۔

ہر قسم کی آلائش سے بچا رہتا ہے۔ اور بدن کے متعلقہ حصے بھی پوری طرح پاک و صاف ہو جاتے ہیں۔ فراغت سے انسان راحت حاصل کرتا ہے تو طہارت کر کے وہ اپنے آپ کو ہلکا محسوس کرتا ہے۔

اسلام نے ایک پابندی ضرور لگائی ہے۔ قضائے حاجت کے وقت شرم وحیاء کا ضرور لحاظ رکھا جائے۔ پیشاب یا پاخانہ کرنے والا دوسروں کے سامنے عریاں نہ ہو۔ جنگل میں کسی اوٹ میں یا دوسروں کی نظروں سے دُور بیٹھے۔ بیت الخلا ہو تو باپردہ۔ حضور ﷺ کا یہی طریق تھا۔(۱)

نہ معلوم اسلامی ماحول میں تربیت پانے کا اثر ہے یا ہر باشعور انسان کی یہی حالت ہوتی ہے۔ قضائے حاجت کے وقت اگر مجھے معلوم ہو جائے کہ کوئی مجھے دیکھ رہا ہے تو پوری طرح فراغت نہیں ہوتی جو بعض دفعہ مضرِ صحت ثابت ہوتی ہے۔ بعض اور مسلمانوں سے معلوم ہوا کہ ان کی بھی ایسی صورت میں یہی کیفیت ہوتی ہے۔

ایک مرتبہ مجھے پٹنہ میں ایک کانفرنس میں شریک ہونے کا اتفاق ہوا۔ نمائندگان میں مدراسی ہندو بھی تھے۔ قیام گاہ پر بہت سے بیت الخلاء دیوار بہ دیوار بنے ہوئے تھے۔ میرے لیے یہ بات باعثِ تعجب تھی کہ وہ مدراسی پاخانہ کرتے ہوئے کانفرنس میں پیش ہونے والے امور پر گرما گرم بحث بھی کر رہے تھے۔ لیکن حضور ﷺ نے فرمایا بیت الخلا میں ننگے بات کرنے والوں پر خدا سخت ناراض ہوتا ہے۔(۲)

بجائے قدیم طرز کی نشست اور بیت الخلا کے موجودہ زمانہ میں پاٹ، کموڈ اور فلش کا رواج ہو چلا ہے۔ نئی روشنی کے افریقی اور ایشیائی بھی انہیں پسند کرتے ہیں۔ اور یہ غسل خانہ کے اندر ہی رکھے یا بنائے جاتے ہیں، اور بظاہر بڑے صاف ستھرے معلوم ہوتے ہیں۔ غسل خانہ اور پاخانہ کے یک جا ہونے کی قباحتوں کی نسبت ہم آگے چل کر بیان کریں گے۔ یہاں ہم صرف نئی طرز کے پاخانوں کی نسبت کچھ عرض کرتے ہیں۔

کموڈ پر انسان بدن کا نچلا حصہ ٹِکا کر اس طرح بیٹھتا ہے جیسے کرسی پر۔ ایک مریض

---

(۱) صحیح بخاری، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۲۳۲۔

(۲) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۲۱۔

کے لیے یہ طرزِ نشست آرام دہ اور مفید ہوتی ہے۔ لیکن تندرست آدمی کے بدن میں گونہ کسل پیدا کرتی ہے۔ اس طرح بیٹھنے سے بدن سکون محسوس کرتا ہے، جس کے ساتھ امعائے مستقیم میں بھی سکون پیدا ہوتا ہے۔ ٹانگیں بھی پوری طرح نہیں کھلتیں۔ رانوں کا دباؤ پہلوؤں پر اور بالائی حصۂ جسم کا اس آنت پر پوری طرح نہیں پڑتا جس سے اس کا منہ پوری طرح نہیں کھلتا اور اس کی حرکتِ دُودی میں کسی حد تک رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے اور فُضلہ کا صحیح طور پر اور پورا اخراج نہیں ہوتا جو صحت کے لیے مضر ہوتا ہے۔

صفائی اور پاکیزگی کے لحاظ سے بھی یہ طریقہ پسندیدہ نہیں ہے۔ وہ لوگ جو اپنے بدن یا لباس پر بول و براز کا ایک ذرہ بھی لگا ہوا پسند نہیں کرتے، لکڑی یا دھات کے ایک ڈھانچہ پر جس میں ہر وقت غلاظت پڑتی رہتی ہو اور اسی غرض سے وہ بنایا گیا ہو، اپنا جسم ٹیک کر بیٹھنا کیسے گوارا کر سکتے ہیں، خواہ وہ کتنا ہی دُھلا دھلایا اور صاف ستھرا ہو۔

کموڈ کئی قسم کے ہوتے ہیں، نصب شدہ یا متحرک۔ اوّل الذکر وہاں کام میں لائے جاتے ہیں جہاں بلدیہ نے خاص قسم کی ڈھکی ہوئی گندی نالیوں اور پانی کی کافی اور مسلسل بہم رسانی کا انتظام کیا ہوا ہو، یا کسی مالک مکان نے اپنے صرفہ سے اپنے مکان میں ایسا اہتمام کیا ہوا ہو۔

نصب شدہ کموڈ کا دھات کی نالی کے ذریعہ دیوار میں کچھ بلندی پر لگی ہوئی پانی کی حوضی سے تعلق ہوتا ہے جس میں ایک زنجیر کموڈ پر بیٹھنے والے کے اوپر لٹک رہی ہوتی ہے۔ بعدِ فراغت جب وہ زنجیر کھینچتا ہے تو حوضی سے بڑے زور سے پانی نالی میں ہو کر کموڈ میں آن گرتا ہے اور تمام غلاظت بہا کر کموڈ کی نچلی موری میں سے نکال دیتا ہے جو نیچے گندی نالی میں جا گرتی ہے۔ حوضی کی بناوٹ اس قسم کی ہوتی ہے کہ پانی پھینکنے کے معاً بعد وہ خود بخود بھرنا شروع ہو جاتی ہے۔ اس میں دس بارہ سیر پانی آتا ہے۔ دوبارہ اس سے پانی اس کے بھر جانے کے بعد ہی چھوڑا جا سکتا ہے۔

اس قسم کے کموڈ میں کام لانے کے واسطے پانی روزانہ اگر اسے استعمال کرنے والے دس بارہ نفوس ہوں، کئی من درکار ہوتا ہے۔ خشک علاقوں میں جہاں پینے کے لیے بھی پانی بمشکل دستیاب ہوتا ہے، اس قسم کا انتظام کیسے ممکن ہو سکتا ہے۔ اور اگر کوئی بلدیہ یا امیر آدمی اس کا

اہتمام کر بھی لے تو یہ ایسے علاقہ میں نوعِ انسان کی ایک اہم ضرورتِ زندگی کا اتنا ضیاع افسوس ناک امر ہے۔

اس قسم کے کموڈ پر بیٹھ کر طہارت ہو ہی نہیں سکتی۔ دوسری جگہ ہی بیٹھ کر کرنی پڑتی ہے۔ جس کے لیے مزید مقدار پانی کی ضرورت ہوتی ہے۔ متعلقہ حصۂ جسم کی صفائی کے لیے ایک خاص قسم کا یا ردی کاغذ کام میں لانا پڑتا ہے۔ کپڑا، روئی یا ڈھیلا استعمال نہیں کیا جا سکتا، کیونکہ اس کے کموڈ میں گرنے سے اس کی نچلی موری بند ہو جاتی ہے۔

اس قسم کے کموڈ میں کئی قباحتیں ہیں۔ اس کے بنوانے اور تیار کرانے پر ہزاروں روپے صرف ہوتے ہیں جو پسماندہ اور متوسط الحال لوگوں کے بس کا روگ نہیں ہے۔ پھر کاغذ جس پر کچھ نہ کچھ خرچ ہوتا ہے، مہیا کرنا پڑتا ہے۔ اگر کسی وجہ سے اس کی نچلی موری بند ہو جائے تو جب تک خاص اوزاروں اور کنڈیوں سے اس کی صفائی کے ماہر آ کر صاف نہ کریں، وہ کام نہیں دے سکتا۔ حوضی میں کوئی نقص پیدا ہو جائے، یا پانی کی بہم رسانی کسی وجہ سے رک جائے تو کموڈ غلاظت سے اَٹ جاتا ہے اور سارے گھر میں تعفن پھیل جاتا ہے۔

دوسری قسم کے متحرک کموڈ جو ایک جگہ سے دوسری جگہ اُٹھا کر رکھے جا سکتے ہیں، اور جن کے پاٹ اُن میں سے نکال کر صاف کیے جاتے ہیں، وہ بھی اتنے مفید نہیں ہوتے۔ ایک مرتبہ استعمال کرنے کے بعد جب تک صاف نہ کیے جائیں، دوبارہ کام میں نہیں لائے جا سکتے۔ اس لیے یا تو گھر میں ایسے کموڈوں کی مناسب اور کافی تعداد ہونی چاہیے یا استعمال کے معاً بعد انہیں صاف کرنے کا انتظام ہونا چاہیے۔

ایسے کموڈوں کے ساتھ پیشاب کے لیے پاٹوں یا برتنوں کا الگ انتظام بھی کرنا پڑتا ہے۔ ان کا اہتمام بھی بہت سے اخراجات چاہتا ہے۔

بعض افریقی اور ایشیائی ملکوں میں ایسے نصب شدہ کموڈوں کا رواج ہو چلا ہے، جن پر پرانی طرزِ نشست سے پاؤں کے بل بیٹھا جاتا ہے۔ مگر ان کے اوپر فلش کرنے کی حوضی بھی ہوا کرتی ہے، اور ان پر ہی بیٹھ کر آبدست بھی کیا جا سکتا ہے۔ گو یہ پہلی قسم کے کموڈ سے صفائی کے لحاظ سے بہتر ہوتا ہے مگر اس کے اہتمام کے لیے بھی اسی قسم کے اخراجات برداشت کرنے پڑتے ہیں۔ اور اس طرح ضیاعِ آب ہوتا ہے۔ اور حوضی، نالی، موری اور بہم رسانیِ آب میں

کوئی خرابی وہی قباحتیں پیدا کرتی ہے۔ اور یہ سب خرابیاں صحت وصفائی کے منافی ہیں۔

ہم یہ تو نہیں کہتے کہ اسلام میں کموڈ فلش یا پاٹ کا استعمال منع ہے۔ ہماری غرض ان تفصیلات کے بیان کرنے کی یہ ہے کہ اسلامی تعلیم صرف اتنا تقاضا کرتی ہے کہ کوئی طریق اختیار کیا جائے مگر زیادہ سے زیادہ صفائی اور پاکیزگی حاصل کی جائے۔ اور ایسا طریقہ اختیار کیا جائے جو کسی انسان پر اس کی طاقت سے زیادہ بار نہ ڈالے۔

مغربی افریقہ کے ملک غانا کے مشہور انگریزی اخبار ''گنی ٹائمز'' کی ۷؍ مارچ ۱۹۵۸ء کی اشاعت میں اس کے خصوصی مقالہ نگار پین فورڈ نے ایک شذرہ اس مضمون کا شائع کیا کہ اسلام کی خوبیاں اپنی جگہ مسلّم وقابلِ داد ہیں لیکن اس میں یہ کیا گندہ اور گھناؤنا طریقہ بجائے کاغذ کے پانی سے آبدست لینے کا رکھا ہے۔ مسٹر پین فورڈ نے اپنی طرف سے اسلام پر بہت بڑا اعتراض کر کے اُن علاقوں میں اپنے تمدن کی فوقیت ظاہر کرنے کی کوشش کی ہے، اور اسلام کو غیر متمدن لوگوں کا مذہب ثابت کرنے کی ناکام سعی کی ہے۔

ہمارے مندرجہ بالا معروضات کی روشنی میں اس اعتراض کی کوئی حقیقت نہیں ہے اور یورپین تمدن کے انحطاط وزوال کے نہایت واضح اور بیّن آثار کے نمودار ہونے کے وقت اسلام پر اس قسم کے بودے حملے ڈوبتے کو تنکے کا سہارا ہیں۔

لیکن اسی علاقے کے شہر لیگس کے سی ایم ایس گرامر سکول کے سابق پرنسپل مسٹر جے امی ایونز بی ایس سی (لنڈن) نے اپنی تصنیف ''ٹراپکل ہائجین'' (حفظانِ صحت گرم ممالک) میں لکھا ہے: ''آبدست کے وقت کاغذ کی بجائے پانی کا استعمال بہتر ہے۔ وہ یورپی باشندے جو مشرقی ممالک میں جا کر آباد ہو جاتے ہیں، وہ بالعموم پانی استعمال کرنے کا طریقہ اختیار کر لیتے ہیں۔ جو لوگ اس طریق کے عادی ہو جاتے ہیں، انہیں اس کو جاری رکھنا چاہیے اور اسے ترک نہیں کرنا چاہیے۔ طہارت کے وقت خواہ پانی استعمال کیا جائے یا کاغذ دونوں صورتوں میں یہ ضروری ہے کہ فراغت کے بعد ہاتھوں کو صابن سے اور پانی سے صاف کیا جائے۔''

باوجود اسلامی طریقۂ آبدست کی افادیت واہمیت تسلیم کر لینے کے مسٹر ایونز بھی یہ نکتہ نہ سمجھ سکے کہ کاغذ استعمال کرنے کے بعد اگر پانی استعمال نہ کیا جائے تو متعلقہ حصۂ جسم کی مکمل صفائی نہیں ہوتی۔

جیسا کہ ہم پہلے عرض کر چکے ہیں کہ کاغذ استعمال کرنے کے بعد پانی سے آبدست کیے بغیر نہانے کے لیے ٹب کے پانی میں بیٹھ جانا ایک نمازی مسلمان کے لیے بڑا ناگوار ہوتا ہے کیونکہ اجابت بلکہ صرف پیشاب کے بعد بھی پانی سے متعلقہ حصۂ جسم کی صفائی کرنا اس کی فطرتِ ثانیہ بن چکی ہوتی ہے، اور اس سے انکار نہیں کیا جا سکتا کہ خواہ آپ صفائی کپڑے سے کریں یا کاغذ سے، متعلقہ حصۂ جسم پر ذراتِ غلاظت کچھ نہ کچھ ضرور موجود رہتے ہیں جو پانی سے ہی صحیح طور پر صاف ہو سکتے ہیں۔ اور یہ بھی مسلّمہ امر ہے کہ دُنیا کی کوئی چیز پانی سے بڑھ کر سہل الحصول اور زود اثر نہیں ہے۔

پیشاب کرنے کے متعلق بانیٔ اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے بعض اور بھی ہدایات دی ہیں جو دلچسپی سے خالی نہیں ہیں۔ فرمایا: ''جب تم میں سے کوئی پیشاب کرنا چاہے تو مناسب جگہ تلاش کرے(۱)۔'' یعنی اوٹ ہو۔ ایسی جگہ جہاں سے چھینٹیں اُڑ کر کپڑوں اور جسم پر نہ پڑنے پائیں۔ پہلے ہی گندی اور غلیظ جگہ نہ ہو تاکہ کوئی مرض لاحق نہ ہو جائے۔ ایسی جگہ نہ ہو جہاں سے پیشاب بہہ کر اپنی ہی جانب آ جائے۔

پھر فرمایا: ''کھڑے ہو کر پیشاب نہ کیا جائے(۲)۔'' اس میں کئی قباحتیں ہیں۔ اوّل تو چھچھورا پن ہے۔ دوسرے کپڑوں اور جسم پر چھینٹیں پڑنے کا احتمال ہوتا ہے۔ تیسرے طہارت جو اسلامی نقطۂ نگاہ سے لازمی اور ضروری ہے، کھڑے ہو کر نہیں کی جا سکتی۔ لیکن کسی ایسے ڈھیر پر جہاں چھینٹیں نہ اُڑیں بامرِ مجبوری پیشاب کر سکتے ہیں(۳)۔

فرمایا: ''کسی سوراخ میں پیشاب نہیں کرنا چاہیے(۴)۔'' وجہ اس کی ظاہر ہے، بعض دفعہ سوراخ میں کوئی موذی جانور ہوتا ہے۔ پانی اندر جانے سے وہ باہر نکل آتا ہے، اور اس کا پیشاب کرنے والے کو کاٹ کھانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

استنجا کرنے کا صحت پر بھی اچھا اثر پڑتا ہے۔ غیر شادی شدہ نوجوان بالعموم احتلام کا شکار ہوتے ہیں اور بعض تو اس کی کثرت کے باعث اپنی صحت کھو بیٹھتے ہیں۔ حضور ﷺ سے

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۱۰۔

(۲) ترمذی، جلد اوّل، کتاب الطہارت، ص ۳۔

(۳) تجرید، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۱۵۸۔

(۴) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۱۹۔

ایک نوجوان نے اس عارضہ کی شکایت کی تو حضورؐ نے ارشاد فرمایا: ''سونے سے قبل اپنا ذکر دھو لیا کرو۔''[۱] خود حضورؐ وضو کر کے استراحت فرمایا کرتے تھے۔

جو لوگ رات پیشاب کیے بغیر سو جاتے ہیں، انہیں احتلام کا احتمال رہتا ہے۔ استنجا کرتے ہوئے پیشاب بھی آ ہی جاتا ہے۔ یہ دونوں عمل احتلام کے لیے بہترین حفظِ ماتقدم ہیں کیونکہ پیشاب سے مثانہ خالی ہو جاتا ہے اور رگیں پانی سے ٹھنڈی ہو جاتی ہیں۔ کسی کے پیشاب پاخانہ کرتے ہوئے روک دینا اس کی صحت پر بہت بُرا اثر ڈالتا ہے۔ ایک جنگلی مدینہ میں آیا اور مسجدِ نبوی میں پیشاب کرنے بیٹھ گیا۔ صحابہ نے شور مچا دیا۔ حضورؐ نے اُنہیں منع فرمایا اور فرمایا کہ اب اسے فارغ ہو لینے دو۔ پانی کا ڈول منگوایا اور غلاظت کو بہا دیا گیا۔[۲]

وضو یعنی ہاتھ منہ وغیرہ کا دھونا:

صبح سویرے قضائے حاجت اور طہارت کے بعد نمازِ فجر پڑھنے کے لیے ایک خاص طریق و قاعدہ کے مطابق صاف ستھرے پانی سے ہاتھ منہ، پاؤں وغیرہ دھوئے جاتے ہیں اور یہ عمل وضو کہلاتا ہے۔[۳] وضو کے معانی ہیں پاکیزگی اور خوبصورتی۔

وضو سے متعلق ہدایات ہم کچھ وضاحت و تفصیل سے بیان کریں گے کیونکہ حفظانِ صحت سے متعلق دوسری ہدایات مثلاً غسل، تیمّم وغیرہ کے سمجھنے میں آسانی ہوگی، اور ان پر طویل بحث کرنے کی ضرورت نہیں رہے گی۔

ہر مذہب وملت میں عبادت کے لیے جسم اور لباس کا پاک وصاف ہونا ضروری سمجھا گیا ہے۔ لیکن اس صفائی کی نسبت کسی مذہب نے خاص ہدایات واصول یا کوئی ترکیب وترتیب تجویز نہیں کی، بلکہ ہر عبادت گزار کی مرضی ومنشا پر یہ معاملہ چھوڑ دیا ہے۔

مگر اسلام میں اس کے لیے بڑی تفصیلات اور طریق وقواعد مقرر ہیں، جن پر عمل کیے بغیر عبادت کے لیے مناسب حال پاکیزگی حاصل نہیں ہو سکتی۔ بلکہ یہ کہنا چاہیے کہ عبادت

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۰۸۔

(۲) ایضاً، حدیث نمبر ۴۴۴۔

(۳) وضو کی تفصیلات قرآنِ کریم میں اور تمام کتبِ حدیث وفقہ میں بیان کی گئی ہیں اور تواتر سے ان پر عمل ہوتا چلا آ رہا ہے۔

ہی نہیں ہوسکتی۔[۱]

اس کا پہلا لوازمہ تو طہارت یا استنجا ہے جس کی تفصیلات اوپر آ چکی ہیں، دوسرا وضو ہے۔[۲] گویا جسم اور لباس کی ظاہرہ پاکیزگی اسلامی عبادت کا جزوِ لاینفک ہے۔

لیکن یہ یاد رکھنا چاہیے کہ وہ طریقے اور قواعد نہایت سہل اور آسان ہیں۔ پھر ان پر بوجہ معذوری اگر عمل نہ کیا جاسکے تو عبادت میں کوئی حرج واقع نہیں ہوتا، بلکہ اسلام کی دی ہوئی کسی رخصت سے بوقتِ ضرورت فائدہ نہ اُٹھانا اسلام کے خلاف اور ناپسندیدہ فعل ہوتا ہے۔ مثلاً بیماری میں جب پانی کا استعمال مریض کے لیے مضر ہو۔ برف باری اور شدید سردی میں اگر گرم پانی کا خاطر خواہ انتظام نہ ہو سکے یا ریتلے خشک علاقے یا سفر میں جہاں پینے کو بھی پانی دستیاب ہونا مشکل ہو تو پانی سے طہارت اور وضو پر اصرار کرنا حماقت اور اسلام کی تعلیم کے صریحاً خلاف ہوگا۔ اسلام کسی انسان پر اس کی طاقت سے بالا بوجھ نہیں ڈالتا۔ ایسے حالات میں پاک وصاف مٹی سے تیمم کرنے کی ہدایت ہے جس کی تفصیلات آگے آئیں گی۔

یہ بات مسلّمہ ہے کہ نیند کے بعد یا کام کاج سے فارغ ہو کر غسل کرنا یا پانی کی قلت یا شدتِ موسم کے باعث صرف ہاتھ منہ پاؤں وغیرہ کا دھونا اور سر تر کرنا تروتازگی پیدا کر کے کسل یا تکان دُور کر دیتا ہے۔ خاص طور پر گرم علاقوں میں محنت و مشقت کرنے والے مزدوروں کے لیے یہ عمل نہایت ضروری ہوتا ہے۔ اس میں بھی کلام نہیں کہ عبادت کے لیے طبیعت میں تازگی اور سکون کا ہونا لازمی ہوتا ہے۔

جیسا کہ عرض کیا جاچکا ہے، ہر مسلمان پر روزانہ باوضو پانچ نمازیں پڑھنی فرض ہیں۔ نماز ادا کرنے کے لیے جن اعضاء کے دھونے اور جس طریق سے دھونے، پھر جس وقت تک ان کا ایسا دھونا کام آ سکتا ہے یعنی وضو کے قائم رہنے کی جو حد مقرر ہے، ان امور پر اگر معمولی غور کیا جائے تو حفظانِ صحت کے نقطۂ نظر سے وہ اتنے پُرحکمت، مفید اور کارآمد اصول ہیں کہ اُن سے بہتر تجویز ہی نہیں کیے جا سکتے، اور ان کی کہیں مثال ہی نہیں ملتی۔ یہی وجہ ہے کہ مسلم فقیہوں نے ان مسائل میں جو بظاہر بالکل معمولی باتیں نظر آتی ہیں، بڑی بڑی ضخیم کتابیں

(۱) صحیح بخاری، کتاب الوضوء، حدیث نمبر ۱۳۶۔

(۲) المائدہ،۲ع۔

تصنیف کی ہیں۔

قرآن کریم میں وضو کا مجمل ساذکر ہے۔ فرمایا ''نماز کے لیے منہ، کہنیوں تک ہاتھ، ٹخنوں تک پاؤں دھولیا کرو۔ اور سر پر مسح کرلیا کرو[۱]'' تفصیلات اس کی معمولی اختلاف کے ساتھ تمام کتبِ احادیث اور فقہ میں ملتی ہیں۔ ان اختلافات پر کسی بحث کی ضرورت نہیں۔ ہمارا تو یہاں ان ہدایات کے صرف حفظانِ صحت کے پہلو سے تعلق ہے۔

ہاتھ دھونا:

اسلامی تعلیم کے مطابق ہر کام دائیں جانب سے شروع کیا جاتا ہے[۲]۔ وضو شروع کرتے ہی پہلے دائیں ہاتھ پر پانی ڈالا جاتا ہے اور کلائی تک دونوں ہاتھ دھوئے جاتے ہیں۔ پانی ایک بار ہاتھوں پر ڈال کر اُنہیں آپس میں اچھی طرح مل کر میل کچیل نرم کی جاتی ہے۔ پھر دوبارہ سہ بارہ پانی ڈال کر میل کچیل صاف کر دی جاتی ہے۔ مگر ہاتھ ملتے وقت دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسری میں ڈال کر خوب ملنا ضروری ہوتا ہے۔ یہ عمل خلال کہلاتا ہے[۳]۔ محنت و مشقت کرنے والوں کے لیے جن کے ہاتھ کام کاج سے بالعموم غبار آلود رہتے ہیں، یہ عمل بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ صفائی کے علاوہ ہاتھ کی انگلیوں کا اس طرح آپس میں ملنا تھکے ہوئے ہاتھوں کو آرام پہنچاتا ہے، جیسا کہ کسی تھکے ہوئے عضو کو دبانے سے راحت پہنچتی ہے۔

وضو کرتے ہوئے ہر عضوِ متعلقہ کا اچھی طرح دھونا لازمی ہے۔ حتیٰ کہ انگوٹھی بھی پہن رکھی ہو تو اسے انگلی میں آگے پیچھے کر کے اس کا نچلا حصہ[۴] بھی دھو دینا چاہیے۔ اگر اعضاء پوری طرح نہ دھوئے جائیں تو میل کچیل پانی کی رطوبت سے اس وقت گھل تو جاتی ہے لیکن پانی خشک ہونے پر پھر وہیں جم جاتی ہے۔

منہ، حلق اور دانتوں کی صفائی:

ہاتھ دھونے کے بعد کُلیاں کی جاتی ہیں، اور دانتوں پر مسواک یا برش کیا جاتا ہے۔

---

(۱) المائدہ، ۲، ع۔

(۲) صحیح بخاری، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۱۶۷۔

(۳) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۶۴۔

(۴) صحیح بخاری، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۱۲۹ اور مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۸۷۔

چونکہ دانتوں، مسوڑھوں، تالو اور گلے کی صفائی اصولِ حفظانِ صحت میں خاص اہمیت رکھتی ہے اور اس کی افادیت سے انکار نہیں کیا جا سکتا، اس لیے اس پر تفصیل کے ساتھ بحث انشاء اللہ آگے چل کر کی جائے گی۔ یہاں صرف وضو کی ترتیب ملحوظ رکھتے ہوئے اس کا ذکر کر دیا گیا ہے۔ اگر کسی وجہ سے وضو کرتے ہوئے مسواک یا برش نہ کیا جا سکے تو دائیں ہاتھ کے انگوٹھے کے ساتھ والی انگلی سے رگڑ کر ہی دانتوں، مسوڑھوں وغیرہ کو صاف کر لیا جاتا ہے۔ کُلیاں تین کی جاتی ہیں۔

ناک کی صفائی:

اس کے بعد چلّو میں پانی لے کر ناک میں ڈالا جاتا ہے اور بائیں ہاتھ کے انگوٹھے کے ساتھ والی انگلی نتھنوں میں ڈال کر انہیں مَلا اور خوب صاف کیا جاتا ہے۔ غلاظت ناک میں ہو تو اسے خارج کیا جاتا ہے۔ مناسب طریق یہ ہوتا ہے کہ ناک میں پانی سانس سے اوپر کھینچا جائے۔ اس سے ناک کی نالیوں میں دُور سے غلاظت بھی بآسانی باہر نکل آتی ہے۔ ناک میں اس طرح تین بار پانی ڈال کر اسے خوب صاف کیا جاتا ہے۔

زکام سے بچنے، گلا اور ناک صاف کرنے اور مختلف امراض سے انہیں محفوظ رکھنے کے لیے آج کل ڈاکٹروں نے عجیب وغریب قیمتی دوائیں، ڈُوش، آلات وغیرہ تجویز کیے ہوئے ہیں جو پسماندہ اور مفلس لوگ کام میں نہیں لا سکتے۔ لیکن اُمّی نبی ﷺ شارعِ اسلام نے آج سے چودہ سو سال پہلے گلے، ناک، منہ وغیرہ کی صفائی اور ان کے مخصوص امراض کے لیے بطور حفظِ ماتقدم ایسے مفید، سہل اور نہایت ہی سادہ طریقے تجویز فرمائے جو روزانہ پانچ وقت ہر امیر و غریب، متمدن و غیر متمدن کچھ خرچ کیے بغیر کام میں لا سکتا ہے۔ تجربہ بتاتا ہے کہ یہ طریق زمانۂ حاضرہ کے تمام طریقوں سے زیادہ کارآمد ثابت ہوتے ہیں۔

آنکھوں کی صفائی:

ناک کی صفائی کے بعد دونوں ہاتھوں سے سارے چہرے پر آنکھیں کھول کر پانی کے چھینٹے دیے جاتے ہیں تاکہ آنکھوں میں پانی پڑے، چہرے کی میل کچیل نرم ہو جائے۔ آنکھیں، ٹھوڑی، گردن کا بالائی حصہ، پیشانی، سر کے بالوں تک رخسار، کانوں کی لو تک خوب ملے جاتے ہیں۔ پھر دو مرتبہ اور چھینٹے اسی طرح دے کر سارا چہرہ صاف کیا جاتا ہے۔ ڈاڑھی کا

بھی، اگر ہو تو خلال کیا جاتا ہے۔[1]

دن میں پانچ چھ مرتبہ اس طرح آنکھوں کا دھونا اور صاف کرنا امراضِ چشم کے لیے بہترین حفظِ ماتقدم ہے۔ مجھے بچپن کا ایک واقعہ یاد ہے۔ ایک لوہار کسی سے باتیں کرتے ہوئے اسے بتا رہا تھا "سان پر چھریاں، قینچیاں تیز کرتے ہوئے لوہے کا بُرادے کا ایک ریزہ میری آنکھ میں چُبھ گیا۔ سخت تکلیف ہوئی۔ باوجود کوشش کے نہ نکل سکا۔ آخر ڈاکٹر کے پاس گیا، اس نے نکال دیا۔ ساتھ ہی یہ مشورہ دیا کہ جب اپنا کام کر لو تو آنکھیں کھول کر پانی کے خوب چھینٹے دیا کرو۔ تمام غبار، معمولی ریزے وغیرہ خود بخود دُھل کر نکل جایا کریں گے۔" آنکھوں کے اس طرح صاف کرنے کا سہل طریق اس وقت سے میرے ذہن نشین ہو گیا اور میں نے ہمیشہ اس سے بڑا فائدہ اُٹھایا۔

کہنیوں تک ہاتھوں کا دھونا:

چہرہ وغیرہ دھونے کے بعد ہاتھوں سے جو تر ہو چکے ہوتے ہیں، بازو کلائی سے کہنیوں کے کچھ اوپر تک مل لیے جاتے ہیں، پہلے دایاں پھر بایاں۔ کام کاج میں ہاتھ بالعموم کہنیوں تک ہی غبار وغیرہ سے متاثر ہوتے ہیں۔ اس لیے یہ حد مقرر کی گئی ہے۔ بازوؤں کا اس سے اوپر دھونا تکلیفِ مالایطاق ہے۔ ملنے کے بعد تین تین مرتبہ ان پر پانی ڈال کر انہیں صاف کر لیا جاتا ہے۔

یہاں ایک سوال پیدا ہوتا ہے: کیوں نہ پہلے ہی ہاتھ کہنیوں تک دھو لیے جائیں؟ غور کیا جائے تو اس طریق میں ایک خاص حکمت ہے۔ اور یہ طریق پوری صفائی اور سہولت کے لیے تجویز کیا گیا ہے۔ منہ، ناک، آنکھیں، چہرہ وغیرہ دھوتے ہوئے میلا پانی لازماً کہنیوں تک بہہ آتا ہے۔ اگر کہنیوں تک پہلے ہی ہاتھ دھو لیے جائیں تو استعمال شدہ پانی منہ چہرے وغیرہ کا ان کی جانب بہہ کر انہیں خراب کر دے گا۔ یا تو وہ اسی طرح رہیں گے یا پھر مناسب صفائی کے لیے انہیں دوبارہ صاف کرنا پڑے گا، جس سے پانی اور وقت کا ضیاع ہو گا اور تکلیف الگ ہو گی۔

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۶۷۔

سر وغیرہ کا مسح:

اس کے بعد دونوں ہاتھوں پر پانی ڈال کر اور پھر گیلے ہاتھ ننگے سر پر پیشانی سے لے کر نصف حصہ یعنی چوٹی تک سارے بالوں پر پھیر لیے جاتے ہیں، اسے مسح کہتے ہیں۔ پھر دونوں ہاتھوں کی شہادت کی انگلیاں کانوں کے سوراخوں میں ڈال کر انہیں صاف کیا جاتا ہے، اور پھر سارے کانوں کے اندر پھیری جاتی ہیں۔ اس کے بعد دونوں انگوٹھے کانوں کے باہر کی جانب پھیرے جاتے ہیں۔ پھر دونوں ہاتھ اُلٹے کر کے گردن کے دونوں جانب پھیرے جاتے ہیں۔

یہ عمل بھی حکمت پر مبنی ہے اور طبی نقطۂ نظر سے مفید ہے۔ یہ تھکے ماندے یا نیند سے بیدار ہونے والے انسان کے لیے تکان یا کسل دُور کرنے کا موجب ہوتا ہے۔

میرا ایک ذاتی تجربہ ہے۔ تیراکی کا شوق تھا۔ پانی میں زیادہ دیر رہنے کی وجہ سے سر میں درد شروع ہو جاتا۔ دہلی میں ایک استاد نے مشورہ دیا، پانی میں داخل ہو کر تھوڑے وقفہ کے بعد غوطہ لگا لیا کرو۔

دراصل جب جسم کا نچلا حصہ ٹھنڈا ہو جائے تو بخارات دماغ کی جانب چڑھتے ہیں۔ بالفاظ دیگر نچلے حصۂ بدن کا درجۂ حرارت گر جاتا ہے اور سر کا اس سے زیادہ ہوتا ہے۔ اسی تفاوت کے باعث سر میں درد شروع ہو جاتا ہے۔ چونکہ وضو کرتے ہوئے اخیر میں پاؤں دھوئے جاتے ہیں۔ اس لیے اگر سر تر کر لیا جائے تو مفید رہتا ہے خواہ اس کا فائدہ کتنا ہی معمولی ہوتا ہو۔

ڈاکٹر کانوں کے سوراخ کسی باریک چیز سے صاف کرنے سے منع کرتے ہیں، کیونکہ کانوں کے نازک پردوں کے پھٹنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ وہ کہتے ہیں کہ کانوں کی میل کچیل خود بخود قدرتی طور پر سوراخوں کے منہ تک آ جاتی ہے، جو ہاتھ کی انگلیوں سے ہی کسی قسم کا اندر ضرر پہنچائے بغیر بآسانی صاف کی جا سکتی ہے۔ وضو کرتے ہوئے تر انگلیاں روزانہ پانچ چھ مرتبہ کانوں کے سوراخوں میں پھیرنا ان میں میل کچیل رہنے ہی نہیں دیتا۔

گردن پر مسح کرنے کا یہ فائدہ ہوتا ہے کہ اس پر ٹھنڈک پہنچنے سے سستی، خاص کر صبح کے وقت جو نیند کے غلبہ سے آ جاتی ہے، دُور ہو جاتی ہے۔

پاؤں دھونا:

مسح وغیرہ کے بعد آخر میں دائیں ہاتھ سے پانی ڈال کر بائیں ہاتھ سے پہلے دایاں پھر بایاں پاؤں ٹخنے سے کچھ اوپر پنڈلیوں تک دھو لیا جاتا ہے، اور پاؤں کی انگلیوں کے درمیان بائیں ہاتھ کی انگلیاں ڈال کر اچھی طرح ملا جاتا ہے۔[1] یہ عمل جیسا کہ پہلے بتایا جا چکا ہے، خلال کہلاتا ہے۔ تین مرتبہ پاؤں پر پانی ڈال کر انہیں اچھی طرح صاف کیا جاتا ہے۔

ہاتھ پاؤں کی انگلیوں کے خلال کرنے کی شارعِ اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے سخت تاکید فرمائی۔ چنانچہ فرمایا: ''جو ہاتھ پاؤں کی انگلیوں کا پانی سے خلال نہیں کرتا، اس کا دوزخ کی آگ سے خلال کیا جائے گا۔''[2] دراصل یہ حصہ ایسا ہوتا ہے کہ اگر اوپر سے پانی بہا دیا جائے اور اندرونی جانب سے انگلیاں صاف نہ کی جائیں تو وہ حصہ اور زیادہ غلیظ ہو جاتا ہے اور انگلیوں کے درمیان کی میل کچیل تر ہو کر خارش اور سوزش پیدا کر دیتی ہے۔ بعض دفعہ انگلیاں گل جاتی ہیں۔ یہی جلن اور سوزش دوزخ ہوتی ہے۔ ہاں اگر صبح وضو کر کے موزے یا جرابیں پہن لی جائیں جو پھٹی ہوئی نہ ہوں اور دن بھر انہیں پہنے رہیں تو دن رات کی دوسری نمازوں کے لیے جب وضو کرنے کی ضرورت پیش آئے تو موزے اتارنے کی ضرورت نہیں ہوتی بلکہ ہاتھ تر کر کے ان پر مسح کیا جاتا ہے۔[3]

پاؤں دھونے کی اصل غرض تو ان سے گرد و غبار دُور کرنا ہوتی ہے۔ موزے اور جرابیں انہیں اس سے محفوظ رکھتے ہیں۔ اور ان پر مسح ایک ظاہری صورت پاؤں کی صفائی کی نسبت کو قائم رکھتی ہے تاکہ اسے نظر انداز نہ کر دیا جائے۔

روزانہ اس طریق پر پانچ مرتبہ اگر کوئی اپنے اعضاء دھویا کرے تو وہ پانچ مرتبہ گویا نیم غسل کر لیا کرتا ہے۔ حفظانِ صحت کے لیے یہ کتنا سہل اور بلاخرچ عمل ہے۔ بچے بھی دو چار مرتبہ کر کے سیکھ جاتے ہیں اور نمازی تو اس میں کوئی دِقت ہی محسوس نہیں کرتے۔

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۶۴۔

(۲) ترمذی، جلد اوّل، ابواب الطہارۃ، ص ۷۔

(۳) صحیح بخاری، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۲۰۰، ۲۰۴۔

وضو میں بعض احتیاطیں:

وضو کرتے وقت ہر عضو اچھی طرح دھونا چاہیے تا کہ کوئی متعلقہ حصہ خشک نہ رہ جائے حتیٰ کہ انگوٹھی پہن رکھی ہو تو اس کے نیچے سے انگلی کا وہ حصہ صاف کرنا چاہیے۔ ہاتھ پاؤں کی انگلیوں کے درمیان خلال کرنا اور ایڑیوں کا دھونا بڑا ضروری ہوتا ہے۔ اور فرمایا وضو پورے طور پر کرنا چاہیے اور پوری طرح وضو کرنے سے مراد صفائی ہے نہ کہ صرف ان کا چپڑ لینا۔(۱) اس احتیاط کی غرض یہ ہے کہ ذرا سی غفلت بتدریج بڑی غفلت کا موجب بن جاتی ہے۔ اور پھر صفائی اور پاکیزگی کا مقصد آہستہ آہستہ فوت ہو جاتا ہے۔ وضو کر کے اگر کچھ کھا لیا جائے تو وضو نہیں ٹوٹتا صرف کلی کر لینا ہی کافی ہوتا ہے۔(۲) اس کا مقصد کامل صفائی ہے۔ وضو یا غسل کرتے ہوئے جہاں تک ممکن ہو پانی کم استعمال کیا جائے، خواہ ندی کے کنارے ہی بیٹھ کر وضو کیا جائے۔(۳) پانی کی قلت کے پیشِ نظر اگر اعضاء دو دو مرتبہ بلکہ انتہائی صورتوں میں صرف ایک مرتبہ دھوئے جائیں تو کچھ حرج نہیں ہوتا۔(۴)

حضور ﷺ کے وضو کے متعلق ایک عمومی ارشاد کا یہاں ذکر کر دینا ضروری ہے۔ فرمایا: ''اچھی طرح وضو کر، یہ تیری عمر بڑھا دے گا۔''(۵)

وضو کے طریق اور اس کے فوائد پر غور کیا جائے تو یہ عیاں ہے کہ اگر اسے ٹھیک طرح اور شرائط کی پابندی کے ساتھ کیا جائے تو صحت پر کتنا عمدہ اثر پڑتا ہے۔ اور اچھی صحت ہی موجبِ زیادتیٔ عمر ہوا کرتی ہے۔

ایک گراں قدر نعمت کی بے قدری:

اللہ تعالیٰ کی پیدا کردہ نعمتوں میں سے پانی ایک ایسی نعمت ہے کہ اس جیسی صاف اور پاکیزہ کرنے والی سریع الاثر اور سہل الحصول دنیا کی اور کوئی چیز نہیں ہے۔ حضرت انسان اسی کی

---

(۱) صحیح بخاری، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۲۰۰ و ۲۰۴۔

(۲) ایضاً، حدیث نمبر ۱۴۰، ۱۶۵۔

(۳) ایضاً، حدیث نمبر ۱۹۹ و کتاب الغسل، حدیث نمبر ۲۴۷ و ۲۴۸۔

(۴) ایضاً، حدیث نمبر ۱۵۸-۱۵۹-۱۶۰۔

(۵) اسبغ الوضوء یزد فی عمرک۔

سب سے زیادہ بے قدری کرتا ہے، اور بے دریغ ضرورت سے زیادہ صرف بلکہ ضائع کرتا ہے۔

یورپین ماہرینِ حفظانِ صحت کہتے ہیں کہ روزانہ ایک آدمی کے لیے کم از کم پچیس گیلن یعنی تقریباً تین من پانی کی نہانے دھونے اور پینے کے لیے ضرورت ہوتی ہے۔ اور ایشیائی اور افریقن ماہرین بھی بلا سوچے سمجھے اور اپنا ماحول نظر انداز کر کے ان کی ہاں میں ہاں ملاتے ہیں۔ مغربی ممالک میں پانی کی بہتات کے باعث وہ لوگ یہ اندازہ لگاتے ہیں۔ لیکن خشک علاقوں کی آب رسانی کی مشکلات پیشِ نظر نہیں رکھتے۔ نہانا دھونا تو کجا بعض ملکوں میں پینے کے لیے پانی میلوں سے سر پر لایا جاتا ہے، یا بار برداری کے جانوروں پر لاد کر لانا پڑتا ہے۔ اور ہفتوں بلکہ بعض دفعہ مہینوں انہیں نہانا دھونا نصیب نہیں ہوتا۔ پھر دنیا کے وہ علاقے بھی جہاں پانی کی کثرت اور نہایت آسانی کے ساتھ دستیاب ہوتا ہے بعض دفعہ قلتِ آب کا بُری طرح شکار ہوتے ہیں۔ مختلف ارضی خطوں میں پانی کی کمی بیشی کے پیشِ نظر کسی مذہب، شریعت یا ماہرِ علم الصحت نے نہیں بتایا کہ قلتِ آب کی صورت میں کم سے کم کتنی مقدار پانی کی مناسب صفائی کے لیے کفایت کر سکے گی۔ لیکن اسلام نے اس پہلو سے بھی انسان کی رہنمائی کی ہے۔ چنانچہ یہ پہلے بیان کیا جا چکا ہے کہ پانی کی کمی کی صورت یں وضو اور غسل پر کم سے کم پانی کام میں لایا جائے اور بوقتِ ضرورت اعضاء تین مرتبہ دھونے کی بجائے دو دو مرتبہ بلکہ صرف ایک ایک بار ہی دھو لیے جائیں۔ وضو اور غسل میں پانی کے اسراف سے منع کیا گیا ہے۔

عالمی جنگِ ثانی میں لندن وغیرہ جیسے بڑے بڑے شہروں کی آب رسانی کے کارخانے جب بموں کا نشانہ بنتے تو پانی کا بھی راشن کر دیا جاتا تھا۔ سنگاپور جو انگریز فخریہ ناقابلِ تسخیر بیان کیا کرتے تھے، اور جو چھوٹا سا علاقہ چاروں طرف سے سمندر سے گھرا ہوا ہے، اسی مصیبت کا شکار ہوا۔ اس کے سلسلۂ آب رسانی کا تعلق ملایا سے تھا جو جاپانیوں نے فتح کر لیا تھا۔ انہوں نے یہ بالکل منقطع کر دیا اور انگریز گورنر نے پانی کی قلت کے باعث چند گھنٹوں میں گھٹنے ٹیک دیے۔

کلکتہ دنیا کے زرخیز ترین علاقہ میں واقع ہے۔ یہ خطہ نشیبی ہے اور سطح زمین سے چند فٹ نیچے پانی آ جاتا ہے۔ عالمی جنگِ ثانی میں انگریزوں اور ان کے حلیفوں کے مشرقی محاذ کا

مرکز تھا اور وہاں اور اس کی نواحی بستیوں میں نو لاکھ فوج خیمہ زن تھی۔ شہر کی آبادی پینتالیس لاکھ تک پہنچ گئی تھی۔ کارخانۂ آب رسانی جو پہلے سارے شہر کو کفایت کرتا تھا، اتنی بڑھی ہوئی آبادی کے لیے ناکافی ثابت ہوا۔ میں ان دِنوں ایک ہوٹل میں ٹھہرا ہوا تھا۔ روزانہ فوجی ضروریات پوری کرنے کے بعد پانی کا رُخ شہر کی جانب پھیرا جاتا تھا۔ صبح سات آٹھ بجے تک گرمیوں کے موسم میں لوگ چیختے چلاتے رہتے۔ فلش غلاظت سے اٹ جاتے۔ ہاتھ منہ دھونا تو کجا صبح پینے کے لیے پانی نہ ملتا تھا۔

لیکن یورپین اور ان کے تمدن کے دلدادہ خواہ ایسے ملک میں ہوں جہاں پانی کی بہتات ہو، خواہ گرم اور خشک علاقہ میں ہوں جہاں پینے کے لیے بھی پانی بہ مشکل نصیب ہوتا ہو، نہایت بے دردی سے اسے خرچ کرتے ہیں۔ اور بہت سے دوسرے ضرورت مند لوگوں کو زندگی کی اس نہایت ہی اہم ضرورت سے محروم رکھ کر مخلوقِ خدا پر ظلم کرتے ہیں۔

اُن کے ہاتھ منہ دھونے اور غسل کرنے کے طریق ایسے ہیں کہ باوجود زیادہ سے زیادہ پانی کام میں لانے کے اسلامی معیارِ صفائی و پاکیزگی اور اصولِ حفظانِ صحت کو نہیں پہنچتے۔ ایک کھلے منہ کے برتن میں تین چار سیر پانی بھر کر صابن سے اسی کے اندر ہاتھ منہ دھولیا جاتا ہے۔ اور تولیہ سے صاف کرلیا جاتا ہے۔ یا بعض دفعہ پہلا پانی گرا کا دوبارہ اتنا ہی پانی بھر کر ہاتھ منہ پر دوسری مرتبہ ڈالا جاتا ہے۔ اس پانی میں کلی کرنے یا ناک کے صاف کرنے کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔ اس طرح محض ہاتھ منہ دھونے کے لیے ایک آدمی کو چھ سات سیر پانی درکار ہوتا ہے۔

یہ لوگ ٹب میں بیٹھ کر غسل کیا کرتے ہیں۔ اور اس میں ایک مرتبہ تقریباً پانچ چھ گھڑے پانی ڈالنا پڑتا ہے، اور جیسا کہ پہلے بتایا جا چکا ہے، نہانے والا بغیر طہارت و استنجا کیے نہانے کے ٹب میں بیٹھ کر اور صابن مل کر دو تین مرتبہ اسی پانی میں غوطے لگا لیتا ہے، یا بدن پر پانی ڈال لیتا ہے۔ باہر نکل کر تولیہ سے جسم صاف کر لیتا ہے۔ بعض دفعہ پہلا پانی گرا کر دوبارہ اتنا ہی پانی بھر لیا جاتا ہے۔ اور دوبارہ اس میں بیٹھ کر جسم دھویا جاتا ہے۔ بدن کی نجاست جو طہارت نہ کرنے کے باعث پوری طرح صاف نہیں ہوتی اور صابن کی آلائش خواہ وہ کتنی کم مقدار میں ہو ٹب کے پانی میں حل ہو کر رہ جاتی ہے۔

پھر کپڑے برتن وغیرہ دھونے اور پانی پینے کا سوال ہے۔ اس طرح اوسطاً پچیس گیلن پانی روزانہ ایک آدمی صرف کیا کرتا ہے۔

لیکن اسلامی طریق نہانے دھونے کا ایسا ہے کہ کم سے کم پانی خرچ کر کے زیادہ سے زیادہ صفائی اور پاکیزگی حاصل کی جا سکتی ہے اور یورپین ماہرین کے اندازہ کے پانچویں حصہ سے کام لینے سے بہتر نتائج پیدا ہو سکتے ہیں۔ گویا اسلامی طریق سے اصولِ حفظانِ صحت کے نظر انداز کیے بغیر ایک خاندان کے لیے اتنی مقدار پانی کی روزانہ کفایت کرتی ہے جتنی کہ صرف ایک یورپین فرد روزانہ اوسطاً کام میں لاتا ہے۔

مسلمانوں نے کوزے یا ٹونٹی دار لوٹے اور غسل خانوں میں ٹوٹیوں کو رواج دے کر پانی کے اندازے کے مطابق صرف کرنے کا سہل طریقہ دنیا میں رائج کیا ہے۔ ٹب، گڑئی اور جگ ایسا کام ہرگز نہیں دے سکتے۔

کلکتہ کا واقعہ اوپر بیان کیا جا چکا ہے۔ اگر اسلامی طریق پر فوجیں پانی استعمال کرتیں تو چھتیس لاکھ انسان گرمیوں کے موسم میں اس طرح قلتِ آب کے باعث تڑپتے نہ رہتے۔ اسلام میں زیادہ پانی ضائع اور استعمال کرنے سے منع کیا گیا ہے۔

حفظانِ صحت کے عدیم المثال اصول:

اس طرح طہارت کرنے اور ہاتھ منہ وغیرہ دھونے کا کب تک اثر رہتا ہے۔ بالفاظِ دیگر وضو وغیرہ کب تک قائم رہتے ہیں اور ختم نہیں ہوتے۔ یہ ایسے سوال ہیں جن پر غور کرنا ضروری معلوم ہوتا ہے۔

ان مسائل پر اسلامی فقہ میں کافی لمبی بحثیں پائی جاتی ہیں، اور اختلافات بھی نظر آتے ہیں۔ لیکن ہمیں ان تفصیلات میں جانے کی ضرورت نہیں ہے۔ یہاں تو صرف صحت و صفائی کا پہلو ہمارے پیشِ نظر ہے۔

وضو جب بھی دو طبعی سوراخوں یعنی پیشاب و پاخانہ کے راستوں سے کوئی چیز خارج ہو یا قے آئے تو ختم ہو جاتا ہے۔ مگر بعض اخراج ایسے ہیں جن سے صرف وضو ہی ٹوٹتا ہے، استنجا کرنے کی ضرورت نہیں پڑتی۔ وہ ہوا کا پاخانہ کے راستے سے خارج ہونا یا جسم کے کسی حصے

سے خون یا پیپ کا بہہ نکلنا ہیں۔

پیشاب یا پاخانہ کے تھوڑے بہت اخراج سے استنجا اور وضو دوبارہ کرنے پڑتے ہیں۔ پھر بعض اخراجِ مادہ ایسے ہیں جن کے باعث استنجا اور وضو کے ساتھ غسل بھی لازماً کرنا پڑتا ہے۔ وہ اخراجِ مادۂ تولید بوجہ احتلام یا اختلاطِ جنسی اور خونِ حیض اور نفاس ہیں[1]۔

غسل وغیرہ کی نسبت بحث آگے چل کر کی جائے گی۔ یہاں صرف وضو کے ٹوٹ جانے یا ختم ہونے اور اس کے دوبارہ کرنے کی حکمت پر عرض کیا جائے گا۔

یہ بات تو آسانی سمجھ میں آ سکتی ہے کہ دو طبعی راستوں سے کسی چیز کا اخراج اور قے جو فی الحقیقت غلاظت ہوتی ہے، وضو ختم کر دیتی ہے اور پوری جسمانی صفائی اور پاکیزگی حاصل کرنے کے لیے متعلقہ اعضاء اور ہاتھ منہ کا دھونا مناسب اور ضروری معلوم ہوتا ہے۔ لیکن پاخانہ کے راستہ سے محض ہوا کے اخراج پر بھی اس عمل کا دہرانا عجیب، تکلیف دہ اور بلاوجہ معلوم ہوتا ہے۔ گو یہ ہوا بھی غلیظ ہی ہوتی ہے مگر بہت معمولی اور بے ضرر۔ بلکہ اس کا اخراج روکنا کسی حد تک مضرِ صحت ہوتا ہے۔

ہم پہلے عرض کر چکے ہیں کہ تقریباً ہر مذہب میں عبادت کے لیے جسم اور لباس کی صفائی اور پاکیزگی کی تاکید ہے۔ لیکن اسلام کے سوا کسی مذہب نے اس قسم کی نرالی، تفصیلی اور تاکیدی پابندیاں عائد نہیں کیں۔ گو بظاہر یہ تکلیف دہ ہیں۔

دراصل تھوڑی غلاظت سے لاپرواہی آہستہ آہستہ زیادہ غلاظت ونجاست سے نفرت کو مٹا دیتی ہے۔ اسی لیے اسلامی تعلیم میں ایک قطرہ پیشاب یا ایک ذرہ پاخانہ کا جسم یا لباس کے ناپاک کر دینے کے لیے کافی سمجھا گیا ہے۔ حفظانِ صحت کا یہ زرّین اصول ہے۔

دوسرے مذاہب کی عبادت گاہوں بالخصوص یورپین ممالک کے گرجاؤں میں جائیے۔ نہایت قیمتی اُجلے لباس زیبِ تن کیے اعلیٰ سے اعلیٰ خوشبو سے معطّر، عبادت گزار ہمہ تن گوش، عالیشان خوبصورت عمارت کی روح پرور فضا میں خوشنما گدیلے دار کرسیوں پر رونق افروز نظر آئیں گے۔ مزامیر اور زبور کے گیت گانے والوں کی رسیلی آواز آپ کو مسحور کیے بغیر نہیں

---

(۱) ان مسائل پر تمام کتبِ احادیث وفقہ میں بحث تفصیلاً موجود ہے۔ اور یہ مسائل اسلام میں بڑی اہمیت رکھتے ہیں۔

رہے گی۔ لیکن تھوڑی دیر بعد ہی ساری فضا میں ایک ناقابلِ برداشت کیفیت پیدا ہو جائے گی۔ خوشبو اور بدبُو کا ایک امتزاج محسوس ہونے لگے گا، جو بتدریج بڑھتا چلا جائے گا، جس سے لطافت پسند مزاج بُری طرح متاثر ہوگا اور گھبرا جائے گا۔

حاضرین میں سے تقریباً ہر شخص ایک ناپسندیدہ حرکت کا ارتکاب کرتے ہوئے یہی سمجھتا ہے کہ صرف وہی اس کا مرتکب ہو رہا ہے۔ اور اس کے برابر بیٹھنے والوں کو اس کی اس حرکت کا علم نہیں ہوسکتا۔ یورپین ڈکار لینا تو نہایت معیوب سمجھتے ہیں، لیکن دنیا کی اکثر اقوام کی طرح اخراجِ ریح کو بُرا نہیں سمجھتے۔ یہی وجہ ہے کہ اتوار کے دن جس روز خوب کھاتے پیتے ہیں، گرجوں میں یہ کیفیت پیدا ہو جاتی ہے۔ بعض عبادت گزار یہ فضا ناگوار و ناپسندیدہ پا کر جلد سے جلد باہر آنے کی کوشش کرتے ہیں۔

لیکن آپ کسی گاؤں کی گھاس پھوس سے چھتی ہوئی کچی عمارت کی مسجد میں چلے جائیے جہاں مفلس دیہاتی پھٹے پرانے کپڑے پہنے عبادت کرتے ہوئے نظر آئیں گے، وہاں ہرگز یہ کیفیت پیدا نہ ہوگی۔ اگر کوئی نمازی خوشبو لگائے ہوئے ہوگا جس کے لگانے کی ہر ذی استطاعت نمازی کو تاکید ہے تو ساری مسجد مہک رہی ہوگی۔

بانی اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے فرمایا حدثِ اصغر یعنی ہوا کا اخراج مسجد میں لوگوں کے لیے اذیت کا موجب ہوتا ہے[1]۔ ایک معمولی سی ہدایت دے کر، ایک مختصر سا فقرہ فرما کر اُمی نبی ﷺ نے صفائی و پاکیزگی کا ایک بے مثال طریق بتا دیا، جس کا کسی سابقہ بزرگ نبی کی تعلیم میں اشارہ بھی نہیں پایا جاتا۔

بول و براز سے پرہیز تو بڑی بات ہے، صفائی سے متعلق اس معمولی سی ہدایت کو اسلامی دُنیا نے ایسا اپنایا کہ دیکھ کر حیرت ہوتی ہے۔ ایک باشعور مسلمان بچہ بھی اس کی اہمیت کو سمجھتا ہے اور اس فعل سے پرہیز کرتا ہے۔ پابندِ نماز مسلمان کی آہستہ آہستہ کچھ ایسی تربیت ہوتی رہتی ہے کہ اخراجِ ریح کے روکنے کی عادت صحت پر کسی قسم کا بُرا اثر ڈالے بغیر اس کی فطرتِ ثانیہ بن جاتی ہے، اور اپنے آپ پر قابو پانے کا یہ عجیب طریقہ ہے۔ نصف صدی سے زیادہ عرصہ کے تجربہ کی بنا پر بلاخوفِ تردید یہ کہنے کی ہم جرأت کرتے ہیں کہ سالہا سال بعد اپنے یا

---

(۱) صحیح بخاری، کتاب الصلوٰۃ، حدیث نمبر ۴۶۳۔

کسی دوسرے سے یہ فعل سرزد ہوتے دیکھا اور وہ بھی بلاارادہ۔ مسجد کا تقدس اور یہ عادت ہمیشہ ہی ریح کے خارج ہونے میں روک ثابت ہوتی ہے۔

موسمِ سرما میں نمازی دو تین نمازیں (یعنی چار پانچ گھنٹے) ایک ہی دفعہ کیا ہوا وضو قائم رکھ کر پڑھا کرتے ہیں۔ میرے ایک بزرگ ڈیڑھ دو بجے بعد دوپہر ایک مرتبہ وضو کر کے اکثر دفعہ چار نمازیں آٹھ نو بجے رات تک ادا کیا کرتے تھے۔

بظاہر یہ ایک معمولی سی بات ہے۔ لیکن اثرات کے لحاظ سے کتنی دُور رس اور مفید ہے۔ مسلمانوں میں اس کی پابندی کا اثر یہ ہوا کہ عبادت و مذہبی اجتماعات کے علاوہ ان کی دنیاوی مجالس میں بھی ہوا کا خارج کرنا بڑا معیوب سمجھا جاتا ہے۔ اور اس لحاظ سے اسلامی تمدن کو دوسرے تمدنوں پر ایک امتیاز حاصل ہے۔ مجالس اور اجتماعات کی فضا ازدحام کے تنفس سے پہلے ہی کچھ خراب ہو جاتی ہے، بلا روک ٹوک اخراجِ ریح سے مزید مکدّر ہو جاتی ہے۔

تعجب ہے اہلِ مغرب علم الصحت میں اتنی ترقی کر لینے کے باوجود اب تک یہ معمولی سی بات سمجھنے اور اپنانے سے قاصر ہیں۔

کس منہ سے دشمنانِ اسلام کہتے ہیں کہ شارعِ اسلام کے پڑھانے لکھانے والے یہودی اور عیسائی تھے۔ کیا ان کے گمان میں بھی یہ اصول تھے؟

احساسِ کمتری کا ایک واقعہ:

ایک اسلامی حکومت کی وزارتِ صحت اور فلاح و بہبودِ عامہ کے ادارہ تعلیم وصحت نے یورپین تمدن اور ڈاکٹروں کی رائے سے متاثر ہو کر اپنی مختلف ملکی زبانوں میں سنیما میں دِکھانے کے لیے سلائڈز تیار کرائے جن کے ذریعہ عوام کو توجہ دِلانا مقصود تھا کہ قیامِ صحت اور امراض سے بچنے کے لیے کتنی مرتبہ اور کس طرح منہ ہاتھ دھویا کریں۔

افسوس چشمۂ شیریں سے نکلی ہوئی آبِ صافی کے دائمی رواں نہر کے کنارے اس کی جانب پیٹھ موڑ کر بیٹھنے والے اپنی کوتاہی، لاعلمی اور لاپرواہی کے باعث ہاتھوں میں پیالہ لیے ہوئے تشنہ لبوں کی طرح ایک ایسے شخص سے چند گھونٹ پانی کے بھیک مانگ رہے ہیں، جس کے پاس صرف ایک مشکیزۂ آب ہے اور وہ بھی گدلے کھاری پانی کا۔

ایک مسلمان بچہ بھی جانتا ہے کہ نماز کے لیے روزانہ پانچ مرتبہ کہنیوں تک ہاتھ

دھونے کے علاوہ تقریباً تمام وہ اعضاء بھی دھونے پڑتے ہیں جو بیرونی فضا اور گرد وغبار سے متاثر ہوتے ہیں۔ ان کے ساتھ گلا، ناک، کان اور آنکھیں بھی خوب صاف کرنی اور دھونی پڑتی ہیں۔ اس طریقِ صفائی کی وضاحت ہم پہلے بیان کر چکے ہیں۔

علاوہ بریں اسلامی معاشرے سے معمولی واقفیت رکھنے والی اَن پڑھ مسلمان عورت بھی اپنے بچوں کو سکھایا کرتی ہے کہ کھانے سے پہلے اور بعد ہاتھ دھوئے جاتے ہیں اور پیشاب پاخانہ سے فارغ ہونے کے بعد بھی۔ غریب گھرانوں میں کم از کم دو مرتبہ اور امیر گھرانوں میں چار مرتبہ کھانا وغیرہ کھایا جاتا ہے۔ اس طرح نماز پڑھنے والا مسلمان دن بھر میں پندرہ بیس دفعہ ہاتھ دھویا کرتا ہے، جس کے لیے وہ کوئی خاص تکلیف محسوس نہیں کرتا۔

کونسی نئی اور نرالی بات اسلامی طریقِ طہارت وصفائی سے بہتر اور بڑھ کر اس اسلامی حکومت پر منکشف ہوئی تھی جس کی نسبت اس نے عوام کو آگاہ کرنا اور اس پر اتنا خرچ کرنا ضروری سمجھا تھا۔

ایسی تجویز تو اسلامی معاشرے سے لاعلمی اور اسلامی تعلیم سے غفلت کا نتیجہ ہے۔ اور یہ مسلمانوں کے برسرِ اقتدار نو تعلیم یافتہ طبقے کے احساسِ کمتری کی غمازی کرتی ہے۔

چاہیے تو یہ تھا کہ اس اسلامی حکومت کا یہ ادارہ ہاتھ منہ وغیرہ دھونے کے اسلامی طریق کے سلائڈز تیار کرا کر مغربی ممالک میں ان کے صحت وثبات کے لیے نہایت مفید ہونے کا وسیع پیمانہ پر پروپیگنڈا کرتا اور اسلامی تعلیم وتمدن کی فوقیت ثابت کرنے کی کوشش کرتا۔ لیکن الٹا بانس بریلی۔

حفاظتِ دنداں:

ہم یہ بتا چکے ہیں کہ دوسری مذہبی تعلیموں میں صفائی و پاکیزگی کی نسبت عام ہدایات تو پائی جاتی ہیں لیکن تفصیلات ان میں مفقود ہیں۔ دانتوں کی صفائی کی نسبت تو کہیں اشارہ بھی نہیں ملتا۔ ہندوؤں نے مسلمانوں کی دیکھا دیکھی مسواک یا داتن کا استعمال شروع کیا۔ اب تو یہ ان کی روزانہ زندگی کا لوازمہ بن گیا ہے۔ اور ہم یہ کہے بغیر نہیں رہ سکتے کہ وہ دانتوں کی صفائی میں مسلمانوں پر سبقت لے گئے ہیں۔

یورپی اقوام تو کچھ عرصہ پہلے دانتوں کی صفائی جانتی ہی نہ تھیں۔ عہد وکٹوریہ کے بعد بیسویں صدی کے شروع میں انہیں اس کی افادیت و اہمیت کا احساس پیدا ہوا۔ پھر آہستہ آہستہ حفاظتِ دنداں اور دندان سازی علم الابدان میں ایک اہم مسئلہ بن گیا اور ڈاکٹروں نے اس پر سینکڑوں کتابیں لکھ ڈالیں۔ خاص شفاخانے، ادارے، کالج اور سکول کھل گئے، جن میں دانتوں کی بیماریوں کا علاج کیا جاتا اور ان کی صفائی اور حفاظت سے متعلق تعلیم دی جانے لگی اور اب عام سکولوں کالجوں کے طلبا اور فوجی سپاہیوں کے دانتوں کی مقررہ اوقات پر دیکھ بھال اور ماہرینِ فن سے ان کا معائنہ کروانا لازمی قرار دیا گیا ہے۔ دانتوں کی صفائی رکھنے اور ان پر بُرش کرنے کے طریق پر بھی کتابیں، رسائل اور مضامین لکھے جاتے ہیں۔ اور ہزاروں قسم کے منجن فروخت ہوتے ہیں۔ دانتوں، مسوڑھوں، اور گلے کے امراض کی تحقیق جاری ہے اور نت نئے انکشافات ان کے متعلق ہوتے رہتے ہیں۔

اب ان لوگوں میں حفاظتِ دنداں اور اس سے متعلقہ ضروریات منجن بُرش وغیرہ کو اتنا فروغ ہو چکا ہے کہ برش کی لمبائی، موٹائی اس کے بالوں کی نوعیت اور ساخت اور ترتیب، منجن کے اجزا کی ترکیبِ کیمیاوی اور اس کے انسانی جسم پر اثرات علمی رنگ اختیار کر چکے ہیں۔ اور مغربی ممالک کے منجن اور برش ساز انہیں زیادہ سے زیادہ کارآمد اور مفید بنانے کے لیے آپس میں سخت مقابلہ کر رہے ہیں، اور کروڑوں روپے کے سالانہ بُرش اور منجن ساری دُنیا میں فروخت ہو رہے ہیں۔ کوئی اخبار یا رسالہ ایسا نہ ہوگا جس میں ان کے اشتہارات نہ ہوں۔ اب تو بجلی کے برش بھی امریکہ میں استعمال ہو رہے ہیں۔ جاپان میں ۱۹۶۰ء کے موسمِ گرما میں حفاظتِ دنداں کا ہفتہ منایا گیا جس میں دیگر مظاہروں، جلسوں، تقریروں وغیرہ کے علاوہ دارالسلطنت ٹوکیو کے بچوں کے ۱۵۰ سکولوں اور سترہ کنڈرگارٹن کے چالیس ہزار طالب علموں نے ہیجی کے تماشاگاہ اور میدان میں مظاہرہ کیا اور دِکھایا کہ دانتوں کے صاف کرنا کا کونسا صحیح طریق ہے۔ ان سب بچوں کے ہاتھوں میں دانتوں کے برش تھے۔

اس میں شک نہیں کہ دانتوں کی خرابی کے باعث نہ صرف منہ، مسوڑھے اور گلا متاثر ہوتے ہیں بلکہ معدہ بھی جس کی انسانی بدن میں مرکزی حیثیت ہے اور جس کی خرابی سے ہر قسم کے امراض پیدا ہوتے ہیں، اثر لیے بغیر نہیں رہتا۔ بسا اوقات گنٹھیا جیسی نامراد اور موذی بیماری

دانتوں کی خرابی کی وجہ سے پیدا ہوتی ہے۔

اکثر مغربی لوگ اور ان کے اطباء کہتے ہیں کہ حفاظتِ دنداں اور ان کی صفائی کے موجودہ طریق ان کی کاوش اور تحقیقات کا نتیجہ ہے، اور اسے اپنی بڑی کارگزاری اور نوعِ انسان کے لیے خدمت قرار دیتے ہیں۔ حالانکہ حقیقت یہ ہے کہ آج سے چودہ سو سال قبل جب کہ اہلِ یورپ وحشیوں اور پسماندہ اقوام میں شمار ہوتے تھے، عرب کے ریتلے بے آب و گیاہ میدانوں کے رہنے والے اللہ کے ایک بندے نے اس کی افادیت اور انسانی صحت کے لیے اس کی ضرورت و اہمیت بتا کر اور خود اس پر پورا پورا عمل کر کے نوعِ انسان پر بھاری احسان کیا تھا۔ مگر یہ لوگ اب تک اسلام دشمنی اور احساسِ برتری سے اندھے ہو کر یہ تسلیم کرنے کے لیے تیار نہیں ہیں، اور اسے اپنی تحقیق و انکشاف سے منسوب کرنے پر مُصر ہیں۔ لیکن جیسا کہ آگے چل کر ہم انشاء اللہ عرض کریں گے، ابھی تک وہ باوجود ان دعاوی کے اس لحاظ سے اسلامی تعلیم سے بہت پیچھے ہیں۔

حضرت بانیِ اسلام ﷺ نے صرف چند مختصر فقروں میں منہ کی صفائی اور حفاظتِ دنداں کی اہمیت فرمائی ہے۔ نظفوا افواھکم۔ یعنی اپنے منہ صاف رکھا کرو۔ یہ تو ایک عام اصول بیان فرمایا جس میں دانت، مسوڑھے، گلا وغیرہ سب شامل ہیں۔ پھر فرمایا: ''میری امت پر یہ بڑا بوجھ ہوگا ورنہ میں نماز کی طرح پانچوں وقت مسواک کرنا فرض قرار دیتا۔''[1] ایک اور موقع پر فرمایا: ''اللہ تعالیٰ کی طرف سے مجھے دانتوں کا مسواک کرنے کی اتنی بار تاکید ہوتی رہی ہے کہ میں سمجھنے لگا کہ یہ عمل فرض قرار دے دیا جائے گا۔''[2] ایک مرتبہ فرمایا: ''مسواک کثرت سے کیا کرو۔''[3]

حضورؐ خود اس ہدایت پر سختی سے عمل کرتے اور اپنے صحابہؓ کو تاکید کرتے اور آپؐ کے متبعین اب تک اس پر کاربند ہیں۔

پانچوں نمازوں کے لیے وضو کرتے وقت بلکہ آدھی رات کے بعد نمازِ تہجد کے لیے جب بیدار ہو کر آپؐ وضو کرتے تو اس وقت بھی مسواک ضرور کیا کرتے۔[4] مسواک ہمیشہ سفر و حضر

(۱) تجرید، حصہ اول، حدیث نمبر ۶۳ و مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۳۹۔

(۲) ترمذی، جلد اوّل، ابواب الطہارۃ، ص ۵۔

(۳) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۴۸۔

(۴) مشکوٰۃ، جلد اوّل حدیث نمبر ۳۴۱۔

میں آپؐ کے تکیہ کے نیچے موجود رہتی[1]۔ اس کی پابندی کا یہ عالم تھا کہ وفات کے قریب جب بیماری سے حضورؐ سخت کمزور ہو چکے تھے، ایک صحابی حضرت عبدالرحمٰن بن ابوبکرؓ مسواک ہاتھ میں لیے بیمار پرسی کے لیے خدمتِ اقدس میں حاضر ہوئے۔ مسواک کی طرف نظر جما کر دیکھا۔ زوجۂ مطہرہ حضرت عائشہؓ سمجھ گئیں کہ آپ مسواک کرنا چاہتے ہیں۔ اپنے بھائی عبدالرحمٰنؓ سے مسواک لے کر دانتوں میں نرم کی اور حضورؐ نے لے کر بالکل اسی طرح مسواک کی جس طرح بحالتِ صحت کیا کرتے تھے[2]۔

حضورؐ کے بلا ناغہ پانچوں وقت بلکہ تہجد کے وقت بھی مسواک کرنے ہی کا نتیجہ تھا کہ آپؐ کی آخری عمر میں بھی آپؐ کے تمام دانت مضبوط، محفوظ اور موتیوں کی طرح چمکدار تھے۔ اور کوئی دانت گرا نہ تھا، سوائے ایک کے جو ایک جنگ میں ضرب لگنے سے ٹوٹ گیا تھا۔

یہ امر بھی قابلِ غور ہے کہ آپؐ کے متبعین نے بھی دانتوں کی صفائی کو بڑی اہمیت دی۔ چنانچہ احادیث اور کتبِ فقہ میں مسواک پر الگ باب لکھے گئے ہیں۔

دانتوں کی صفائی کا طریق جو حضور ﷺ نے اختیار فرمایا تھا، وہ موجودہ طریق سے بدرجہا بہتر اور بالکل کم خرچ ہے۔ آپؐ جال کی جڑ کی مسواک دانتوں کی بیرونی اور اندرونی جانب مسوڑوں، تالو اور زبان پر اور حلق میں کیا کرتے تھے۔ اور حلق میں مسواک کرتے ہوئے اُع اُع کرتے اور ایسا معلوم ہوتا کہ آپؐ قے کرنے کو ہیں[3]۔ مسواک حضورؐ دانتوں پر اوپر نیچے چلاتے جس سے دانتوں کی ریخوں میں اور مسوڑوں اور دانتوں کے جوڑوں میں اس کے ریشے داخل ہو کر ذراتِ غذا وغیرہ نکال دیتے۔ یہی طریق کتبِ فقہ اسلامی میں موجود ہے۔ لیکن مغربی ڈاکٹر کہتے ہیں کہ برش کے دانتوں پر اوپر نیچے چلانے کا طریق ان کی تحقیق کا نتیجہ ہے۔

اس ایک ہی عمل سے نہ صرف دانت، مسوڑے، تالو، زبان اور حلق صاف ہو جاتے ہیں بلکہ حلق میں رات کی جمع شدہ بلغم اکھڑ کر باہر آ جاتی ہے۔ ناک کی غلاظت بآسانی خارج ہو جاتی ہے۔ اور آنکھوں کی میل کچیل جب حلق میں مسواک کیا جاتا ہے تو آنسو نکلنے کے باعث

---

(۱) ابوداؤد۔

(۲) تجرید بخاری، حصہ دوم، حدیث نمبر ۵۲۶۔

(۳) صحیح بخاری، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۲۴۱۔

نرم ہو جاتی ہے۔ اور جب منہ پر پانی کے چھینٹے پڑتے ہیں اور آنکھوں میں جاتے ہیں تو وہ فوراً بہہ کر نکل آتی ہے۔ معدے، انتڑیوں وغیرہ پر اُع اُع کرنے سے دباؤ پڑتا ہے اور ان کی ایک قسم کی ورزش ہو جاتی ہے۔

ہاں یہ یاد رکھنا چاہیے کہ حلق میں مسواک کرنے کے لیے صبح کا وقت ہی موزوں ہوتا ہے جب معدہ خالی ہوتا ہے۔ دن کے کسی اور وقت جب معدے میں کچھ غذا ہوتی ہے ایسا کرنے سے واقعی قے ہونے کا احتمال ہوتا ہے۔

وضو پر بحث کرتے ہوئے یہ بتایا جا چکا ہے کہ منہ ہاتھ وغیرہ دھونے اور مسواک کرنے کا اسلامی طریق دانتوں، منہ، حلق، ناک اور آنکھوں کے مخصوص امراض کے لیے بہترین حفظِ ماتقدم ہے۔ اور اگر یہ بات مسلّمہ ہے کہ دانتوں کی خرابی معدے پر اثر انداز ہوتی ہے جس سے کئی بیماریاں پیدا ہونے کا احتمال ہوتا ہے تو یہ بھی صحیح ہے کہ مسواک کا باقاعدہ استعمال دانتوں، منہ، حلق، ناک اور آنکھوں کی بیماریوں کے علاوہ اور بیماریوں سے بھی بچنے کا موجب ہوتا ہے۔

اسلامی نقطۂ نگاہ سے برش اور منجن کا استعمال منع نہیں ہے۔ لیکن برش کے بال بالعموم کچھ سخت ہوتے ہیں، گلے میں بُرش کرنے سے خراش پیدا ہوتی ہے اور ساتھ منجن کا کچھ حصہ اندر چلا جاتا ہے۔ اور بعض منجن ایسے ہوتے ہیں جو معدے میں جا کر مضر ثابت ہوتے ہیں۔ پھر برش سے گو دانت صاف ہو جاتے ہیں مگر اکثر ان کا اینمل یعنی اُن کے اوپر کی چمکدار تہہ جو ان کی چمک، خوبصورتی اور مضبوطی کا باعث ہوا کرتی ہے، اکھڑ جاتی ہے اور دانت کمزور پڑ جاتے ہیں، جس کا خود مجھے تجربہ ہے۔

علاوہ ازیں یہ امر بھی ملحوظ رکھنا چاہیے کہ دنیا کے پسماندہ علاقوں کے لوگ بالخصوص دیہاتی بُرش اور ٹوتھ پیسٹ کے اخراجات کے متحمل نہیں ہو سکتے اور ایک عالمگیر تعلیم کے لیے ضروری ہے کہ وہ ایسی ہدایات دے جن پر ہر انسان عمل کر سکے۔ دنیا کی بیشتر آبادی دیہات میں آباد ہے۔ اسے تو مختلف قسم کے درختوں کی تازہ شاخیں یا جڑیں مسواک کے لیے آسانی دستیاب ہو سکتی ہیں جو شہریوں کو بالعموم مشکل سے میسر آتی ہیں، اور وہ برش اور منجن کے استعمال کرنے پر مجبور ہوتے ہیں اور ان کے خریدنے کی بالعموم استطاعت بھی رکھتے ہیں۔

تجربہ کی بنا پر ہم یہ کہہ سکتے ہیں کہ برش اور منجن سے بعض درختوں کی تازہ شاخیں اور جڑیں دانتوں وغیرہ کے لیے زیادہ مفید اور کارآمد ہوتی ہیں۔ اگر شہری لوگ بھی ان کا عام استعمال شروع کر دیں تو شہروں میں ان کی کمیابی کی مشکل بھی حل ہو سکتی ہے۔ ہندوستان کے بڑے بڑے شہروں، دہلی، کلکتہ، بمبئی وغیرہ میں چونکہ لوگ تازہ شاخوں کے داتن کرنے کے عادی ہیں، بعض مزدور لوگوں نے یہ پیشہ اختیار کر رکھا ہے کہ وہ روزانہ جنگلوں سے مختلف درختوں کی تازہ شاخیں کاٹ کر شہروں میں لاتے ہیں اور وہ فوراً بک جاتی ہیں۔

ہر ملک میں کوئی نہ کوئی درخت ایسا پایا جاتا ہے جس کی تازہ شاخیں یا چھال یا جڑیں ریشہ دار ہوتی ہیں۔ مثلاً نیم یا ببول، کھوپرے کا چھلکا یا اخروٹ کی چھال، جال کی جڑ، بید کی لکڑی وغیرہ نرم ریشوں والی ہوتی ہیں۔ اور ان کا سرا تھوڑی دیر دانتوں میں چبانے سے ریشہ دار بن جاتا ہے۔ ان چیزوں میں سب سے زیادہ مفید کارآمد جال کی جڑ ہوتی ہے۔ یہ تازہ ہو یا خشک، اس کے ریشے بڑے نرم ہوتے ہیں اور بالعموم خشک کر کے ہی استعمال کی جاتی ہے۔ اس لیے شہروں میں بھی یہ بآسانی درآمد کی جا سکتی ہے۔ اور جن ملکوں میں اس کا عام رواج ہے، بازاروں میں مل جاتی ہے۔ دانتوں میں درد ہو تو جال کے پتے پانی میں اُبال کر اس پانی سے کلیاں کرتے تھے۔ اور متورم جگہ پر ان پتوں کا ضماد بھی کیا جاتا ہے۔ جس پیڑ کے پتوں میں یہ تاثیر ہو اس کی جڑ کتنی زیادہ مفید ہو گی۔

دوسرے درجہ پر ببول کی تازہ شاخ ہے۔ مگر اس کا ہر وقت دستیاب ہونا بالخصوص بڑے شہروں میں کچھ مشکل ہوتا ہے۔ ساتھ ہی اس کے ریشے بھی سخت ہوتے ہیں۔ لعاب اس کا معدہ میں جائے تو قبض پیدا کرتا ہے۔

لیکن ایک لحاظ سے ببول کی مسواک خود میں نے بہت مفید پائی۔ میرے منہ میں بعض دفعہ آبلے پڑ جاتے ہیں۔ پہلے تو مختلف علاج کرتا رہا اور آبلوں پر نیلا تھوتھا جیسی تیز چیز بھی لگا کر دیکھی۔ وہ مندمل تو ہو جایا کرتے، مگر بہت دن لگتے۔ کیکر کی تازہ مسواک دن میں تین چار مرتبہ کرنے سے ایک دن میں ہی غائب ہو جاتے ہیں۔ اس کے ساتھ یہ بھی تجربہ ہوا کہ اس کے مسلسل استعمال سے ہلتے ہوئے دانت مضبوط ہو جاتے ہیں۔

علاوہ ان فوائد کے جن کا اوپر ذکر کیا گیا ہے، کسی لکڑی کی سادہ مسواک برش اور منجن

پر کئی اور لحاظ سے بھی فوقیت رکھتی ہے۔

دانتوں کی قدرتی بناوٹ کے مطابق اور جبڑے کی گولائی اور دانتوں کی ریخوں میں برش کے بالوں کو پوری طرح پہنچانے کے لیے آئے دن برشوں کی وضع قطع اور ان کے بالوں کی لمبائی وغیرہ میں تبدیلیاں کی جاتی ہیں۔ اور ان کی وضع قطع دانتوں کی بیرونی جانب تو بہت حد تک فِٹ آتی ہے، لیکن اندرونی جانب اور تالو، زبان اور حلق کے لیے ٹھیک نہیں ہوتی۔ بعض لوگ زبان صاف کرنے کے لیے دھات یا کسی اور چیز کی ایک ہلکی سی لچکدار چپٹی پتی کام میں لاتے ہیں۔ جیسا کہ ہم پہلے بتا چکے ہیں، برش و منجن سے حلق اچھی طرح صاف نہیں کیا جا سکتا۔ گویا دورِ حاضر کے طریقِ صفائی دندان کے لیے کئی چیزوں برش، منجن، پتی وغیرہ کا اہتمام کرنا پڑتا ہے، جو کافی خرچ چاہتا ہے اور دنیا کی آبادی کا بیشتر حصہ اس کا متحمل نہیں ہوسکتا۔

لیکن اس کے بالمقابل معمولی صرفہ بلکہ بلا کسی قسم کے خرچ کے کسی درخت کی شاخ، چھال یا جڑ سے یہ سارے کام دانتوں، مسوڑوں، تالو، زبان اور حلق کی صفائی کے لیے بآسانی کیے جا سکتے ہیں۔ اس قسم کے مسواک کے نرم ریشے دانتوں کی گولائی پر، ان کے اندر باہر، ان کی ریخوں میں خود بخود فِٹ ہوتے چلے جاتے ہیں۔ تالو اور زبان پر اور حلق میں بھی پوری طرح صفائی کر دیتے ہیں۔ اور کسی قسم کی دِقّت پیش نہیں آتی۔ اور اس کے علاوہ ایسے مسواکوں میں قدرت کے پیدا کردہ کیمیائی مادے ساتھ ساتھ منجن کا کام بھی دیتے ہیں۔

دورِ حاضر کی متمدن اور ترقی یافتہ اقوام میں حفاظتِ دنداں کی اہمیت کا اندازہ ذیل کے ایک واقعہ سے ہوسکتا ہے۔

"وزارتِ صحت برطانیہ کی رپورٹ ہے کہ شعبہ قومی صحت کے ماتحت کام کرنے والے دندان سازوں نے گذشتہ سال یعنی ۱۹۵۷ء میں لوگوں کے ایک کروڑ پندرہ لاکھ دانت نکالے۔ پچاس لاکھ دانتوں کی بھرائی کی۔ ساڑھے تیرہ لاکھ دانتوں کے سیٹ مہیا کیے اور تینتیس لاکھ افراد کے مسوڑھوں کا علاج کیا۔

برطانیہ کے شعبۂ صحت نے گذشتہ سال اٹھاون کروڑ پچاس لاکھ پونڈ صرف کیے جو ۱۹۵۶ء کے اخراجات سے پانچ کروڑ پونڈ زائد تھے۔"[1]

---

(۱) خبر رساں ایجنسی سٹار، ۲۶ / اگست ۱۹۵۸ء

تبادلۂ زر کے موجودہ سرکاری نرخ کی رُو سے یہ تقریباً نو ارب روپیہ ہوتا ہے اور صرف دانتوں کے نکالنے بھرنے وغیرہ اور مسوڑھوں کے علاج معالجہ اور دانتوں کے مکمل سیٹوں پر برطانیہ ہر سال تقریباً بتیس کروڑ روپیہ محکمانہ طور پر صرف کر رہا ہے۔ اور آسودہ حال لوگ اپنے طور پر اس غرض سے جو خرچ کرتے ہیں وہ اس کے علاوہ ہے۔ اس کے ساتھ مختلف قسم کے منجن اور برش کروڑوں روپیہ کے سالانہ اس ملک میں فروخت ہوتے ہیں۔

یہی ایک مثال بتاتی ہے کہ مغربی اقوام آج کل دانتوں کی حفاظت کو کتنی اہمیت دیتی ہے۔ اور سالانہ اس سے متعلق شعبوں پر اربوں روپیہ صرف کر رہی ہے۔

لیکن اس سے یہ بھی واضح ہے کہ یہ اخراجات متمول اقوام ہی برداشت کر سکتی ہیں۔ پسماندہ اور افلاس زدہ اقوام کے بس کا یہ روگ نہیں ہے۔ وہ تو وہی نہایت سہل و کم خرچ طریق اختیار کر سکتی ہیں جو حضرت بانی اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے آج سے چودہ سو سال قبل دنیا کے سامنے پیش کیے تھے اور مغربی طریقوں سے کہیں بہتر نتائج حاصل کر سکتی ہیں۔ چنانچہ عرب کے نجدی لوگوں کے جو سادہ مسواک کرنے کی بڑی سختی سے پابندی کرتے ہیں، نہایت خوبصورت اور مضبوط دانت ہوتے ہیں۔

لیکن ۱۹ر اگست ۱۹۶۰ء کی ایک اخباری خبر سے معلوم ہوا کہ متحدہ عرب جمہوریہ (مصر وشام وغیرہ) نے دانتوں کی صفائی کو جس کا صحت سے بڑا گہرا تعلق ہے، ملک میں رواج دینے کے لیے طلباء میں بُرش اور ٹوتھ پیسٹ (منجن) مفت تقسیم کرنے کا فیصلہ کیا ہے اور اس غرض سے اٹھائیس ہزار ڈالر کی رقم میزانیہ میں سے علیحدہ کی ہے۔ پہلے طلباء میں رواج دے کر پھر عوام میں اسے رائج کیا جائے گا۔ ہمیں تو یہ پڑھ کر افسوس ہوا۔ کجا یہ کہ ہم نے عربوں سے یہ طریقہ صفائی سیکھا اور کجا یہ کہ اب وہ یورپ والوں سے سیکھ رہے ہیں اور اپنا طریق کار بھول کر لاکھوں روپے اس پر صرف کر رہے ہیں۔ گھر میں گنگا بہہ رہی ہے اور تشنہ لب ہیں۔ اسلام نے کتنا آسان اور کم خرچ طریق انہیں سکھایا تھا۔

یہ تو مسلّمہ امر ہے کہ دانت جتنے صاف رہیں گے، انسان اتنا ہی مختلف امراض سے محفوظ رہے گا۔ اور یہ بھی عرض کیا جا چکا ہے کہ بانیٔ اسلام علیہ التحیۃ والسلام پانچ بلکہ چھ سات مرتبہ رات دن میں مسواک کیا کرتے اور اس کی تاکید فرماتے تھے۔ اگر پانچوں وقت بھی دو دو

تین تین منٹ صرف کیے جائیں تو پندرہ بیس منٹ بن جاتے ہیں۔ لیکن ایک ہی مرتبہ اس عمل میں اتنا وقت لگانا تکلیف دہ ثابت ہوتا ہے۔ مختلف اوقات پر تھوڑے تھوڑے وقت کے لیے اس کا کرنا بوجھ معلوم نہیں ہوتا۔ بیک وقت دیر تک برش یا مسواک کا کرنا مسوڑھوں کو زخمی کر دیتا ہے۔

مگر اس اسلامی طریق کے اختیار کرنے میں جو سب سے بڑا فائدہ پہنچتا ہے، وہ یہ ہے کہ انسان دن میں کئی مرتبہ کھاتا پیتا ہے۔ اتنی ہی بار بلکہ اس سے زیادہ مرتبہ اگر وہ مسواک سے چند لمحات صرف کر کے اپنے دانت صاف کر لیا کرے تو یہ کبھی خراب ہی نہ ہونے پائیں۔ اور کبھی کوئی ذرۂ غذا کسی ریخ میں تھوڑے وقفہ کے لیے بھی رُکنے اور سڑنے نہ پائے۔ یہ طریق کتنا پُرحکمت اور حفظانِ صحت کے لیے مفید ہے۔

اسلامی کتبِ فقہ میں مسواک اور اس کے استعمال کی نسبت کافی بحث کی گئی ہے۔ یہاں تک کہ اس کی لمبائی اور اس کے پکڑنے اور چلانے کا طریق بھی بیان کیا گیا ہے۔ چنانچہ ہم بتا چکے ہیں کہ مسواک دانتوں پر اوپر نیچے چلانا چاہیے، تاکہ ریخوں میں اس کے ریشے بآسانی پہنچ کر اور ذراتِ غذا وغیرہ نکال کر انہیں پوری طرح صاف کر دیں۔

مسواک کے پکڑنے کا طریق یہ ہے کہ ریشہ دار سرا تھوڑا سا چھوڑ کر انگوٹھے اور اس کے ساتھ والی تین انگلیوں کے درمیان دبا کر پانچویں چھوٹی انگلی کے پیچھے کر لیا جائے۔ اس لحاظ سے مسواک کی لمبائی کم از کم چھ سات انچ ہونی چاہیے۔ یہ طریقِ گرفت دانتوں کے صاف کرنے کے لیے نہایت مفید ہے۔

باقاعدہ اور بلاناغہ سادہ مسواک کرنے والے انسان کے دانت بہت کم خراب ہوتے ہیں اور وہ بہت کم بیماریوں کا شکار ہوتا ہے۔ اور برش اور منجن استعمال کرنے والوں کی نسبت درختوں کی تازہ شاخیں، چھال یا جڑیں کام میں لانے والوں کے دانت زیادہ مضبوط، چمکدار اور خوبصورت ہوتے ہیں۔

دانتوں کی صفائی کی عادت بچپن سے ڈالنی چاہیے۔ دانتوں پر غذائی ذرات کی ایک دفعہ تہہ جم جائے تو بڑھتی اور مضبوط تر ہوتی چلی جاتی ہے۔ جوانی میں اسی طرح قائم رہے تو پتھر کی مانند سخت ہو جاتی ہے اور مشکل سے ہی اکھڑتی ہے۔ شہری لوگ تو دندان ساز سے دانت

صاف کروا لیتے ہیں لیکن پسماندہ ممالک کے دیہاتیوں کو یہ سہولتیں میسر نہیں آتیں۔

دندان ساز سے دانت صاف کرانے کے بعد باقاعدہ اور پوری طرح صفائی نہ کی جائے تو پھر جلد ہی دوبارہ ذرات کی تہہ جمنی شروع ہو جاتی ہے۔

اسلام میں چھ سات سال کی عمر میں ہی بچے کو نماز پڑھنے کی ترغیب دینے کا حکم ہے، اور جب دس بارہ سال کا ہو جائے تو اسے مجبور کرنے کی تاکید ہے۔ نماز پڑھنے والے کے لیے خواہ وہ بچہ ہی ہو، وضو کرنا اور اس کی شرائط کی پابندی کرنا بھی ضروری ہے۔ گویا عام صفائیِ جسمانی کے ساتھ بچپن میں ہی دانتوں کے صاف کرنے کی عادت ڈالنے کی اسلام ہدایت دیتا ہے۔

حفاظتِ بصارت:

یہ بتایا جا چکا ہے کہ وضو کرتے ہوئے آنکھیں کھول کر چہرے پر پانی کے چھینٹے دینے چاہئیں۔ آنکھیں صاف رکھنے اور امراضِ چشم کے لیے یہ نہایت سہل اور بہترین حفظِ ماتقدم ہے۔ اس کے علاوہ حضرت بانی اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے حفاظتِ بصارت کے لیے ایک نہایت مفید اور کارآمد ہدایت فرمائی ہے۔ فرمایا: ”جب سونے لگو تو سرمہ لگایا کرو[۱]۔“ پھر فرمایا: ”سرمہ اثمد کا لگایا کرو، کیونکہ اس سے بال پیدا ہوتے ہیں اور آنکھوں کی روشنی زیادہ ہوتی ہے[۲]۔“ آپؐ کا یہی معمول تھا۔ اسی لیے آخری دم تک آپؐ کی بینائی میں ذرا فرق نہیں آیا تھا۔ بہت سے ایسے عمر رسیدہ لوگ دیکھنے میں آئے ہیں جو اس ارشادِ نبویؐ پر عمل کر کے اپنی نظر قائم رکھتے ہیں۔ اور ستر اسّی بلکہ اس سے بھی زیادہ عمر میں کڑوے تیل کے چراغ کی روشنی میں رات کو لکھتے پڑھتے یا کوئی اور باریک کام مثلاً کشیدہ کاری وغیرہ کرتے ہیں۔

رات سرمہ لگانے کا یہ فائدہ ہوتا ہے کہ دن بھر کا گرد و غبار سرمہ لگانے کے ساتھ پانی کے ہمراہ گوشۂ چشم سے باہر نکل آتا ہے۔ اور صبح آنکھیں دھو دینے سے چہرے پر سرمہ کی سیاہی کا کوئی نشان نہیں رہتا۔

لکھنے پڑھنے اور باریک کام کرنے والوں کے لیے تو سرمہ از بس ضروری ہے۔ اس

(۱) شمائلِ ترمذی، ص ۵۔

() مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۱۵۸۔

سے آنکھوں کی تھکاوٹ اور ضعف، بشرطیکہ اس کا استعمال باقاعدہ کیا جائے دُور ہو جاتا ہے۔ معمولی سرمہ خوب کھرل کیا ہوا بڑا مفید رہتا ہے۔

موجودہ یورپی تمدن میں سرمہ لگانے کا رواج کم ہے۔ قدرت کی عطا کردہ قوتِ بینائی میں اگر کمی واقع ہو جائے تو اسے مصنوعی ذرائع یعنی چشمۂ بلّوری کے استعمال سے پورا کرنے کی کوشش کی جاتی ہے۔ مگر سہل، کم خرچ اور مفید طریق اختیار نہیں کیا جاتا۔

بین الاقوامی مجلس (یو این او) کے ادارہ یونیسکو کے فراہم کردہ اعداد و شمار سے پتہ چلتا ہے کہ دنیا میں اسّی لاکھ نابینا ہیں اور ان میں سے اسّی فی صد ایشیا اور افریقہ میں پائے جاتے ہیں۔ حفاظتِ بصارت سے لاپرواہی بھی ان دونوں براعظموں میں بہت زیادہ ہوتی جاتی ہے۔

ورزش:

اللہ تعالٰی نے قرآن مجید میں حضرت رسولِ کریم ﷺ کو نوعِ انسانی کے لیے ہر لحاظ سے بہترین نمونہ قرار دیا ہے۔ انسانی قیامِ صحت و ثبات میں ورزش بڑی اہمیت رکھتی ہے۔ اگر رسولِ کریم ﷺ اس پہلو سے متعلق کوئی نمونہ پیش نہ کرتے تو آپؐ پیروی اور اتباع کے لیے کامل نمونہ نہیں ہو سکتے تھے۔

دیگر مذاہب و ملل میں بالعموم خدا رسیدہ اور بزرگوں کا ایسا تصور ہے جس کا انسانی زندگی کے اس پہلو سے کوئی تعلق ہی نہیں ہوتا۔ وہ نفس کشی، ریاضت، اور عباداتِ شاقہ میں ساری دنیا سے منقطع ہو کر مصروف و مشغول نظر آتے ہیں۔ لیکن جسمانی ورزشوں اور کھیلوں وغیرہ میں جو بدن میں مناسب قوت و طاقت پیدا کرنے کی موجب ہوا کرتی ہیں، وہ کسی قسم کی دلچسپی لینا اپنی بزرگی کے شایانِ شان نہیں سمجھتے اور ان سے پرہیز ہی مناسب خیال کرتے ہیں۔

حضرت بانی اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے جیسے اور مشاغلِ زندگی میں اپنا نمونہ پیش کیا ہے، اسی طرح ورزشِ جسمانی میں خود حصہ اور دلچسپی لے کر نمونہ دِکھایا ہے اور اس غلط نظریہ کی عملاً تردید کی ہے کہ بزرگان و مقتدایانِ دین ان اُمور سے بالا ہوا کرتے ہیں۔

حضورؐ اپنے صحابہ کے ساتھ عموماً تیراندازی کیا کرتے[1] تھے۔ بعض کھیلوں میں بہ نفسِ

---

(۱) تجرید بخاری، حصہ دوم، حدیث نمبر ۲۴۳۔

نفیس موجود ہوتے۔ بعض دفعہ اپنی بیویوں کے ساتھ دوڑا کرتے۔ مسجد نبوی میں حبشیوں نے فوجی کھیلوں کا مظاہرہ کیا جو خود حضورؐ نے ملاحظہ فرمایا اور ازواجِ مطہرات پسِ پردہ دیکھ رہی تھیں، جس سے پتہ چلتا ہے کہ عورتوں کا ورزش میں حصہ لینا، حضورؐ پسند فرماتے تھے۔(۱)

سواری کا حضورؐ کو بڑا شوق تھا، اور بڑے بلند پایہ شہسوار تھے۔(۲) فنونِ جنگ کے بھی حضورؐ بڑے ماہر تھے، اور بڑی بڑی جنگوں میں فوج کی کمان حضورؐ کے اپنے ہاتھ میں ہوتی تھی۔ گھوڑ دوڑ اور اونٹوں کی دوڑ بھی حضورؐ کرایا کرتے تھے۔ گھوڑ دوڑ تو بڑے انتظام اور خاص اہتمام سے ہوا کرتی تھی۔(۳) اسی طرح آپؐ کے مختلف ہتھیاروں اور سواری کے جانوروں، اونٹ گھوڑوں وغیرہ کے الگ الگ نام تھے۔(۴) جس سے یہ ظاہر ہوتا ہے کہ حضورؐ ان امور میں کس قدر دلچسپی لیا کرتے تھے۔

عورتوں کی ورزش کے سلسلہ میں یہ بتا دینا مناسب ہوگا کہ مالی لحاظ سے نچلے اور متوسط الحال طبقہ میں جو خادم رکھنے کی استطاعت نہیں رکھتا، گھر کا کام کاج مستورات ہی کیا کرتی ہیں اور یہ بذاتِ خود بہت بڑی ورزش ہوا کرتی ہے۔ بعض ڈاکٹروں کی یہ رائے مبنی بر تجربہ ہے کہ ایسے طبقہ میں عورتوں کی شرح اموات کم ہوتی ہے اور ان کی عمریں نسبتاً لمبی ہوتی ہیں۔

حضور ﷺ جب بادشاہ بن گئے تو بھی آپؐ کی ازواجِ مطہرات اپنے ہاتھوں سے گھر کا کام کاج کیا کرتیں اور کوئی خادمہ ان کے پاس نہ تھی اور ان کی ہمت افزائی کے لیے حضورؐ خود بھی بسا اوقات کام میں ان کا ہاتھ بٹایا کرتے تھے۔ اس زمانے میں جب کثیر مال و دولت، لونڈیاں غلام مدینے میں آنے لگیں اور دوسرے لوگ خوب متمتع ہو رہے تھے، حضورؐ کی چہیتی اور نہایت پیاری بیٹی فاطمۃ الزہرؓ نے ایک خادمہ کے لیے درخواست کی تو حضورؐ نے اُنہیں ٹال دیا۔ اور وہ آخری ایامِ زندگی تک گھر میں اپنے ہاتھوں سے کام کرتی رہیں۔

---

(۱) تجرید، حصہ اول، حدیث نمبر ۲۶۴۔

(۲) نسائی، باب حب الخیل، ص ۵۶۷، مطبوعہ نظامی پریس، دہلی۔

(۳) تجرید، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۲۴۶۔

(۴) دارقطنی، مسند احمد، بیہقی۔

فی الحقیقت عورتیں اگر گھر کے کام کاج اور بچوں کی تربیت میں منہمک رہیں تو انہیں کسی دوسری ورزش کے لیے نہ فرصت مل سکتی ہے اور نہ ضرورت پیش آتی ہے۔

یورپین عورتوں کی عیش وعشرت کے لیے یا کمانے کے لالچ میں اہلی زندگی سے بے اعتنائی جو رنگ لا رہی ہے، وہ ان ممالک کے سیاسی اور قومی رہنماؤں کے لیے ایک مسئلہ لا ینحل بن چکا ہے۔

اسلام میں پانچ وقت کی نماز بھی ورزش کا رنگ رکھتی ہے اور قیامِ صحت و ثبات میں بڑی مدد ومعاون ثابت ہوتی ہے۔ پانچوں وقت باجماعت نماز کے لیے مسجد میں آنا جانا اور نماز کے تمام ارکان کا صحیح طور پر اور ہدایات کے مطابق ادا کرنا بدن میں چستی پیدا کرتا ہے۔ قرآن کریم میں ایسے نمازیوں کی بڑی مذمت کی گئی ہے جو نماز سست اور کاہلوں کی طرح ادا کرتے ہیں[1]۔ حضور ﷺ نے فرمایا کہ منافق آدمی پر سب سے زیادہ بوجھل نمازِ فجر اور عشا ہوا کرتی ہے[2]۔ کیونکہ یہی دو نمازیں ہیں جو سستی اور کاہلی دُور کرنے کا موجب ہوتی ہیں۔

نماز میں کس قدر بدن کو حرکت دینی پڑتی ہے، اور ان حرکات سے بدن کو کتنا فائدہ پہنچتا ہے۔ اس سے اندازہ ہوسکتا ہے کہ پانچ وقت کی نمازوں میں صرف فرائض اور سنتوں میں ستر اسّی سجدے پینتیس چالیس رکوع۔ پینتیس چالیس قیام اور اتنے ہی قعدے ہوتے ہیں۔ اور اگر یہ ساری نمازیں بیک وقت ادا کی جائیں جیسا کہ بعض مذاہب میں دن رات میں عبادت کرنے کا ایک ہی وقت مقرر ہے، تو یہ اچھی خاصی ورزش بن جاتی ہے جس سے اچھا بھلا تندرست آدمی بھی تھک جائے، اور کمزور کے لیے یہ بوجھ تو ناقابلِ برداشت ثابت ہو۔ لیکن اسلام میں ایسی عبادات جن سے انسان تھک کر چور ہو جائے سخت منع ہیں[3]۔ اس لیے انسانی طاقت اور قوتِ برداشت کے پیشِ نظر عبادت پانچ وقتوں پر دُنیاوی مشاغل کے لیے مناسبِ حال تقسیم کردی گئی ہے۔

قرآنِ کریم، کتبِ احادیث وفقہ میں شکار کی نسبت تفصیلی احکام بتاتے ہیں کہ یہ

---

(۱) سورۃ الماعون، ا ع۔

(۲) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۵۷۲۔

(۳) صحیح بخاری، کتاب العلم، حدیث نمبر ۳۲ اور تجرید بخاری، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۶۱۱۔

شغل بھی حدِ اعتدال کے اندر اسلام نے پسند کیا ہے۔ شکار آزادی کی روح پیدا کرنے اور صحت وثبات کے لیے مفید ثابت ہوتا ہے۔ بنی اسرائیل جو فرعونیوں کی آہنی ایڑیوں کے نیچے صدہا سال پستے رہے چالیس سال تک جنگلوں میں گزارنے اور شکار پر گزارہ کرنے کے بعد اس قابل ہو گئے کہ فلسطین فتح کر لیں۔ ذاتی تجربہ کی بنا پر ہم کہہ سکتے ہیں کہ شکار کھیلنے والوں کی صحت بالعموم اچھی ہوتی ہے۔

غسل:

اللہ تعالیٰ نے اسلامی تعلیم میں دوسری مذہبی تعلیموں کے مقابلے پر سادگی رکھ کر اُسے خاص امتیاز بخشا ہے۔ موسوی تعلیم میں غسل کی نسبت احکام ہیں اور باوجود کڑی پابندیوں کے اس کی ترکیب و ترتیب سے متعلق کوئی ہدایات نہیں پائی جاتیں۔ ہندو مذہب میں مختلف دریاؤں، جھیلوں اور سمندر میں غسل کرنے کی بڑی تعریف کی گئی ہے۔ لیکن اس تعلیم میں بھی ترکیب وترتیبِ غسل کو ملحوظ نہیں رکھا گیا۔ بعض مذاہب میں صفائی اور غسل سے پرہیز پارسائی خیال کی جاتی ہے۔ مغرب کے مشہور مفکر ومصنف لارڈ برٹرینڈ رسل نے اپنے تصنیف ''نکاح اور اخلاق'' کے صفحہ ۳۰۴ پر لکھا ہے۔ ''گرجا نے غسل کی عادت کی اس لیے مذمت کی ہے کہ اس سے جسم میں دل کشی بڑھ جاتی ہے، میل کی تعریف کی گئی ہے۔ سینٹ پال کہتے ہیں جسم اور لباس کی صفائی کا مطلب روح کی گندگی ہے۔ جوؤں کو خدا تعالیٰ کے موتیوں کا نام دیا گیا اور ان سے ڈھکا ہوا ہونا مقدس انسان کا طرۂ امتیاز سمجھا گیا۔''

اسلام میں صفائی، طہارت اور غسل کی ہدایات واحکام باوجود بڑے تفصیل دار ہونے اور ان کی ترکیب وترتیب کی پابندیوں کے نہایت سہل وآسان اور حفظانِ صحت کے قواعد واصول کے عین مطابق ہیں۔

اسلام میں مختلف مواقع پر غسل کرنے کی ہدایات ہیں۔ بعض ایسی ہیں کہ ان کے پیش آنے پر غسل لازمی ہوتا ہے۔ جنابت یعنی احتلام یا اختلاطِ جنسی کے بعد، ایامِ ماہواری اور ایامِ زچگی کے ختم ہونے پر۔ بعض ایسے مواقع ہیں جن پر غسل کرنے کی تاکید ہے۔ جمعہ، عیدین، کسی بیماری سے شفا پانے پر، اپنی مرضی سے صفائی کی خاطر یا گرمی کے باعث غسل کرنا

پسندیدہ امر ہے۔ غسل کی ابتدائی شرائط یہ ہیں:

۱۔ پانی صاف ستھرا ہو۔ کسی برتن میں بھر کر یا نہر، دریا یا جھیل-سمندر وغیرہ میں نہایا جا سکتا ہے۔

۲۔ جیسا کہ طہارت اور وضو کی بحث میں آ چکا ہے، غسل کرتے ہوئے زیادہ پانی کام میں نہ لایا جائے اور بلاوجہ ضائع نہ کیا جائے۔

۳۔ اگر کسی برتن میں پانی لے کر نہایا جائے تو ایسا انتظام کیا جائے کہ جسم پر جو پانی ڈالا جائے، وہ یا اس کی چھینٹیں برتن میں نہ پڑنے پائیں۔

۴۔ کسی دوسرے آدمی کے سامنے ننگا نہ نہایا جائے۔ غسل باپردہ ہو تو مناسب ہوگا۔[1]

طریقۂ غسل[2] بالکل سیدھا سادہ اور صحت وصفائی کے اصولوں کے مطابق ہے۔ اگر کسی برتن میں پانی بھر کر غسل کرنا ہو تو اس میں ہاتھ ڈالنے سے پہلے ہاتھ دھو لیے جائیں۔ پھر دائیں ہاتھ سے پانی ڈال کر بائیں سے، اگر ضرورت ہو، طہارت کی جائے۔ اور بدن پر جہاں کہیں آلائش لگی ہو، اسے صابن سے یا اس کے بغیر اچھی طرح صاف کیا جائے۔ پھر بایاں ہاتھ دھو کر مسواک اور وضو حسبِ قواعد کیا جائے۔ ہاں غسل کے لیے وضو کرتے ہوئے پاؤں دھونے کی ضرورت نہیں ہوتی۔ وہ نہانے کے بعد آخر میں دھوئے جاتے ہیں۔ اس کی وجہ صاف ہے۔ نہاتے ہوئے بدن کا میلا پانی صابن وغیرہ بہہ کر پاؤں کی جانب جاتے ہیں۔ پاؤں پہلے ہی دھو لیے جائیں تو آخر میں دوبارہ دھونے پڑتے ہیں۔

غسل سے پہلے وضو کرنا ایسا محسوس ہوتا ہے گویا آدھا غسل کر لیا گیا ہے۔ طہارت اور وضو کے بعد ہاتھوں سے تھوڑا سا پانی لے کر سر پر ڈالا جاتا ہے اور انگلیوں سے بالوں کی جڑیں مَل کر اور رگڑ کر خوب تر کی جاتی ہیں۔[3] اس کی نسبت اتنی تاکید ہے کہ ایک بال کی جڑ بھی خشک نہ رہنے دی جائے۔ یہ گویا بالوں کا شیمپو یا خلال کرنے کا سادہ اور سہل طریقہ ہے۔ اس کی افادیت آج کل لوگ خوب سمجھتے ہیں۔ سر کے بالوں کو صابن سے دھونا، رگڑنا، برش کرنا، انہیں مضبوط اور چمکدار بناتا ہے۔ میل کچیل سر سے نکل جاتی ہے، یہی شیمپو کی غرض ہوتی ہے۔

(۱) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۴۰۳

(۲) جیسا کہ پہلے بتایا جا چکا ہے کہ غسل کی تفصیلات تمام کتب احادیث وفقہ میں موجود ہیں۔

(۳) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۴۰۰۔

جیسا کہ پہلے بتایا جا چکا ہے، بدن کے نچلے حصہ کو ٹھنڈا کرنے سے قبل سر ٹھنڈا کر لیا جائے تو مفید ہوتا ہے۔ اس طرح جسم اور دماغ کے درجۂ حرارت میں فرق پیدا نہیں ہوتا۔

سر کے بالوں کے خلال کے بعد پہلے جسم کی دائیں پھر بائیں جانب پانی ڈال کر ملا جاتا اور میل کچیل نرم کر لی جاتی ہے۔ پھر سارے بدن پر دوبارہ، سہ بارہ پانی ڈالا جاتا ہے۔ اور جہاں کھڑے ہو کر یا بیٹھ کر نہایا جاتا ہے، وہاں سے ذرا ہٹ کر پاؤں دھو کر غسل ختم کیا جاتا ہے۔

غسل کی اس ترتیب میں ایک حکمت ہے۔ یک دم بلا ترتیب بدن پر پانی ڈالنے سے خاص کر آدمی جب تھکا ماندہ یا گرمی اور پسینہ سے تربتر ہو تو یکدم درجۂ حرارت گر جاتا ہے۔ مگر پہلے طہارت، پھر وضو اور پھر سر پر پانی ڈال کر بالوں کا خلال کرنے سے درجۂ حرارت آہستہ آہستہ گرنا شروع ہو جاتا ہے۔ اسی حکمت کے پیشِ نظر اعلیٰ قسم کے حماموں میں درجات بنائے جاتے ہیں۔ یہ ترتیب بہر صورت صحت کے لیے مفید ہوتی ہے۔

اس ترتیبِ غسل سے ایک اور فائدہ بھی ہوتا ہے۔ گرم ممالک میں موسم گرما میں وضو کر لینے کے بعد پانی کی تھوڑی مقدار جسم پر ڈالنے سے ٹھنڈک محسوس ہوتی ہے۔ بغیر وضو پانی کافی مقدار میں ڈالنے کے بعد یہ احساس پیدا ہوتا ہے۔ وضو کر کے غسل کرنے سے روئیں روئیں میں خنکی پہنچتی ہوئی معلوم ہوتی ہے۔ علاوہ ازیں وضو کے بغیر غسل کرنے سے یہ معلوم ہوتا ہے کہ جسم کی پوری طرح صفائی نہیں ہوئی۔

حضرت رسولِ کریم ﷺ پانی میں بعض دفعہ کوئی خوشبو دار چیز ملا کر غسل فرمایا کرتے تھے۔(۱) یہ طریق بھی فرحت اور صحت افزا ہوتا ہے۔ اور آج کل ترقی یافتہ طبقوں میں اس کا عام رواج ہے۔

مسلم محققین نے نہ صرف کتبِ فقہ میں غسل کی ضرورت، اس کے لوازمات، ترکیب اور ترتیب پر طول طویل بحثیں کی ہیں، بلکہ عملی طور پر بھی اسے علمی رنگ دے کر صحتِ عامہ کے لیے نئے نئے طریقِ غسل و طہارت تجویز کیے، جن سے سہولت کے علاوہ زیادہ سے زیادہ صفائی اور پاکیزگی حاصل ہوتی ہے۔ چنانچہ ٹونٹی دار لوٹا، غسل خانوں میں ٹوٹیاں، فوارے، سقاوے،

(۱) صحیح بخاری، کتاب الغسل، حدیث نمبر ۲۵۴۔

عوام کے لیے بازاروں میں حمام، مساجد میں غسل خانے وغیرہ، مسلمانوں نے ہی مختلف ممالک میں رائج کیے اور انہیں فروغ دیا۔ ٹرکش باتھ یا ترکی طریقِ حمام یورپ والوں نے مسلمانوں سے ہی سیکھا۔ اور آج دنیا میں یہ بڑا فیشن ایبل، اعلیٰ اور صحت و صفائی کے لیے بہترین طریقِ غسل سمجھا جاتا ہے۔ مسلمانوں نے اس لحاظ سے بھی دنیا میں ایک انقلاب پیدا کیا۔

بایں ہمہ مغربیوں نے اسلامی طریقِ غسل و طہارت اب تک نہیں اپنایا۔ جیسا کہ ہم پہلے بتا چکے ہیں، ابھی تک وہ کھلے منہ کا جگ اور کھلی چوڑی بالٹی منہ ہاتھ دھونے کے لیے کام میں لاتے ہیں۔ اور طہارت کیے بغیر ٹب میں گھس کر غسل کرنے کے عادی ہیں، جس سے پانی کا بے حد ضیاع ہوتا ہے، اور مناسب صفائی اور پاکیزگی بھی حاصل نہیں ہوتی۔ لیکن اسلامی طریقِ طہارت و غسل، ٹونٹی دار لوٹے اور سقاوے سے پانی اندازے کے مطابق صرف کر کے زیادہ سے زیادہ صفائی و پاکیزگی حاصل ہوتی ہے۔

غسل خانے اور بیت الخلا کا ایک ہی جگہ میں رکھنے کا مغربی طریقہ حفظانِ صحت اور صفائی کے اصول کے خلاف ہے۔ جس جگہ رفع حاجت کی جاتی ہے یا صرف پیشاب ہی کیا جاتا ہے، وہاں خواہ کتنی صفائی کی جائے فلش ہوتا رہے، جراثیم کش دوائیں چھڑکی جائیں، بُو ضرور رہتی ہے۔ اور جو لوگ اس قسم کے غسل خانے استعمال کرنے کے عادی ہو جاتے ہیں، ان کی قوتِ شامّہ اس سے مانوس ہو جاتی ہے، اور انہیں اس کا بہت کم احساس رہ جاتا ہے۔ ہمیں تو ایسے غسل خانوں میں داخل ہوتے ہی بُو آنی شروع ہو جاتی ہے اور ناقابلِ برداشت ہوتی ہے۔

غسل تو صفائی کے لیے کیا جاتا ہے، اور صحیح طور پر صفائی غسل خانہ سے نجاست اور بُو دُور رکھ کر ہی حاصل ہو سکتی ہے۔ ورنہ غسل کا مقصد ہی فوت ہو جاتا ہے۔

یہی وجہ ہے کہ بانیِ اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے غسل خانہ میں پیشاب کرنے سے منع فرمایا[1]۔ بالعموم مسلمانوں میں بالاستثنیٰ مغربی تمدن اختیار کرنے والوں کے غسل خانہ اور پاخانہ کا یک جا یا ایک ہی کمرہ میں بنانا سخت ناپسند کیا جاتا ہے۔

یہاں ایک سوال پیدا ہوتا ہے۔ مذہبی تقریبوں، تہواروں، ایامِ ماہواری اور نفاس کے اختتام اور بیماری سے شفا پانے پر غسل کی افادیت و مقصد عیاں ہے۔ لیکن جنابت کے

---

(۱) ترمذی، ابواب الطہارۃ، ص ۵، مطبوعہ علیمی پریس، دہلی۔

باعث غسل کا لازم قرار دینا جب کہ جسم کا ایک خاص حصہ آلودہ ہوتا ہے، بے معنی معلوم ہوتا ہے۔

درحقیقت اس فعل کے بعد خواہ حقیقی ہو یا خواب میں واقع ہو، جسم میں گو بوجہ جوانی، صحت وتندرستی بظاہر اس کا احساس نہ ہو، ایک کمزوری سی آ جاتی ہے۔ اطباء کی یہ رائے ہے کہ غسل سے وہ کمزوری دُور ہو جاتی ہے اور طاقت عود کر آتی ہے۔

ہر مسلمان خواہ وہ نماز میں سستی ہی کرتا ہو، ایسے غسل کی بڑی سختی سے پابندی کرتا ہے۔ جنابت کے بعد غسل کرنا اس کی فطرتِ ثانیہ بن جاتی ہے۔

یورپین اقوام جو عیسائیت سے زیادہ متاثر ہیں اور ان کے موجودہ تمدن کا نہی مذہب ماخذ ومنبع ہے، مذہبی خیال کی ہوں یا لامذہب، دہریہ، مادہ پرست ہوں، غسلِ جنابت جانتی ہی نہیں۔ غسل ان میں عام صحت وصفائی کے لیے کیا جاتا ہے، اور وہ بھی کسی ترکیب وترتیب کے بغیر۔ اسلام کے علاوہ دوسرے مذاہب میں بجز موسوی مذہب کے اس کی نسبت کوئی خاص ہدایات واحکام نہیں ہیں۔

ہندو تمدن میں اختلاطِ جنسی سے پہلے غسل کا رواج ہے۔ یہ بہت اچھا طریقہ ہے کیونکہ نہانے سے انسان پر ایک نکھار آ جاتا ہے، اور جذب پیدا ہوتا ہے۔ لیکن بعدِ اختلاط بحالیُ صحت کے لیے نہانا بھی ضروری ہے، جس کی اس تمدن میں کوئی پابندی نہیں ہے۔ موسوی مذہب میں جیسا کہ عرض کیا جا چکا ہے، غسلِ جنابت کی نسبت کڑی پابندیاں ہیں۔ لیکن غسل کس طرح اور کیسے پانی سے کیا جائے یا دیگر تفصیلات کی نسبت توریت خاموش ہے۔ اس میں جنسی اختلاط حقیقی ہو یا خواب میں اور مرضِ جریان ایک ہی زمرہ میں شمار کیے گئے ہیں۔ ایسا آدمی شام تک ناپاک رہتا ہے، اور ایسا ناپاک کہ جو چیز یا انسان اُسے چھو جائے، وہ بھی اس کی مانند شام تک ناپاک رہے گا۔ اور شام کو ایسے ناپاک ہونے والے جُنبی اور اسے چھونے والے انسان نہ صرف غسل کریں بلکہ اپنے پہنے ہوئے کپڑے بھی دھوئیں۔ اور جُنبی سے چھو جانے والے برتن بھی دھوئے جائیں، لیکن اگر وہ مٹی کے ہوں تو توڑ دیے جائیں۔ بعض صورتوں میں غسل کرنے کے بعد قمریوں یا کبوتروں کی قربانی عبادت گاہ میں گزارنی پڑتی ہے۔(۱)

---

(۱) احبار، ب ۱۵۔

اس کے برعکس اسلامی اصولِ طہارت و غسل کتنے سادہ، سہل اور آسان ہیں۔ ایک کم استطاعت بلکہ قلاش بھی ان پر عمل کر سکتا ہے۔ جنابت کی حال میں گو نماز اور دیگر عبادات کے بجالانے کی ممانعت ہے، مگر ایک جُنبی جانور ذبح کر سکتا ہے۔ اس کے ہاتھ کا کاتا ہوا، تیار کیا یا پکایا ہوا گوشت، کوئی اور چیز اس کے ہاتھ کی چھوئی ہوئی یا دوسرا انسان اس سے چھو کر ناپاک نہیں ہوتا۔ حتیٰ کہ اس کے غسل کرتے ہوئے پانی کے چھینٹے کسی پر پڑ جائیں تو وہ بھی اسے ناپاک نہیں کرتے۔(۱)

حضور ﷺ غسل کے بعد تیل لگا کر اپنے بالوں میں کنگھی کرتے، خوشبو عموماً مسک لگایا کرتے تھے اور اتنی لگاتے کہ آپؐ کے سر کی مانگ میں چمکتی ہوتی۔ جس کوچہ سے آپؐ کا گزر ہوتا، مہک جاتا۔ اور آپؐ کی مجلس میں بیٹھنے والوں کے دماغ معطر ہو جاتے۔ آپؐ اپنے لباس اور جسم میں اتنی خوشبو بسا دیتے کہ آپؐ کے پسینہ میں پیدا ہو جاتی۔ یہی حضورؐ کی ازواجِ مطہرات کا طریقہ تھا۔

حضورؐ اکثر فرمایا کرتے تھے۔ مردوں کی ایسی خوشبو ہونی چاہیے جو پھیلے اور اس کا رنگ نظر نہ آئے۔ اور عورتوں کی ایسی خوشبو ہو جو نہ پھیلے اور رنگ اس کا نظر آئے۔(۲)

ایک مرتبہ مسجدِ نبوی میں لوگ زیادہ جمع ہو گئے۔ کاروباری لوگ میلے کچیلے کپڑوں میں چلے آئے تھے۔ انہیں پسینہ آیا تو مسجد میں بُو پھیل گئی۔ حضورؐ نے فرمایا: ''نہا کر آتے تو اچھا ہوتا۔''(۳) اُس دن سے غسلِ جمعہ شرعی حکم بن گیا۔

جیسا کہ عنوان ''سویرے جاگنا'' کے تحت یہ عرض کیا جا چکا ہے، حضور ﷺ نے جو تین وصیتیں حضرت ابو ہریرہؓ کو فرمائیں، دوسری ان میں سے جمعہ کے روز غسل کی تاکید تھی۔

ایک دفعہ حضورؐ نے فرمایا: ''اللہ تعالیٰ میل کچیل اور بکھرے ہوئے بال ناپسند فرماتا ہے۔''(۴) بال صاف ستھرے نہ رکھے جائیں اور کنگھی نہ کی جائے تو جلد ہی جھڑنا شروع ہو جاتے ہیں۔ بالوں کی صفائی، ان کا مناسب طریق پر سنبھالنا انسان کے دل و دماغ پر اچھا اثر ڈالتے

---

(۱) صحیح بخاری، کتاب الغسل، باب ۹، حدیث نمبر ۲۵۷ و کتاب الحیض باب ۷، حدیث نمبر ۲۹۷۔

(۲) شمائل ترمذی، ص ۱۵۔

(۳) تجرید، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۴۶۱-۴۶۷-۴۶۸-۴۶۹۔

(۴) ۔ ان اللہ یبغض الوسخ والشعث۔

ہیں۔

یہاں ایک سوال ہو سکتا ہے۔ اسلامی طریقِ غسل گو آسان ہے، مگر اس کی اتنی تفصیلات اور پابندیاں ہیں کہ مصروف و مشغول انسان اتنا وقت نہیں دے سکتا۔

دراصل تفصیلات بیان کرتے ہوئے ظاہری طور پر یہی معلوم ہوتا ہے کہ یہ ترکیب و ترتیبِ غسل مشکل ہے اور کافی وقت چاہتی ہے۔ لیکن عملی طور پر ایک دو مرتبہ کرنے سے بالکل آسان ثابت ہوتی ہے۔ اور وقت بھی کم یعنی صرف آٹھ دس منٹ لگتے ہیں۔ بعض لوگ دوسرے طریقِ غسل پر آدھ گھنٹہ سے بھی زیادہ وقت صرف کرتے ہیں۔ لیکن اگر پوری پاکیزگی اور صفائی کی خاطر کچھ زیادہ وقت دینا پڑے تو کیا مضائقہ ہے۔

وضو اور غسل سے متعلقہ ہدایات پر ایک اجمالی نظر:

طہارت، وضو اور غسل کے اسلامی طریقے پر غور کرنے سے یہ تسلیم کیے بغیر چارہ نہیں کہ حفظانِ صحت، پاکیزگی اور صفائی کے لیے یہ بہترین اور عدیم المثال طریق ہیں۔

غور فرمایئے، قضائے حاجت بلکہ ہر مرتبہ پیشاب کرنے کے بعد آبدست لازماً کرنا، روزانہ پانچ وقت پر نماز کے لیے ہاتھ منہ وغیرہ اچھی طرح دھونا، کھانے سے پہلے اور بعد ہاتھ دھونا، کُلیاں کرنا، دانت صاف کرنا، کس قدر صفائی اور پاکیزگی کا باعث ہیں۔ اور بالخصوص گرم مرطوب علاقوں میں کتنی تر و تازگی اور فرحت کا موجب ہوتے ہیں۔

وضو کرتے ہوئے ہر متعلقہ حصۂ بدن پر تین بار پانی ڈالا جاتا ہے۔ گویا روزانہ باوقاتِ مختلف ہاتھ کہنیوں تک، پاؤں ٹخنوں تک، سارا چہرہ، حلق، کانوں کی لَو تک اور پیشانی کے بالوں تک پندرہ مرتبہ دھوئے جاتے ہیں۔ اور اتنی ہی دفعہ صاف پانی کے آنکھوں میں چھینٹے پڑتے ہیں اور ناک میں پانی ڈال کر صاف کیا جاتا ہے۔ دن میں کم از کم ایک مرتبہ دانتوں وغیرہ پر مسواک کرنے کے علاوہ پندرہ کلیاں کی جاتی ہیں۔ اور کئی مرتبہ دانت انگلی سے بھی صاف کیے جاتے ہیں۔ پانچ دفعہ کانوں کے سوراخ اور بیرونی حصے صاف کیے جاتے ہیں، اور سر کا مسح کیا جاتا ہے۔

غسل سے پہلے کا وضو شامل کر لیا جائے تو یہ تعداد اور بڑھ جاتی ہے۔ پھر کھانے سے قبل اور بعد ہاتھ دھونا اور کُلیاں کرنا اور دانتوں کا خلال کرنا، اسلامی معاشرے کا لوازمہ ہے۔

امراء کا طبقہ چار مرتبہ اور مالی لحاظ سے نچلا طبقہ روزانہ دو دفعہ تو ضرور کھانا کھایا کرتا ہے۔ اس طرح ہاتھوں پر کم از کم بارہ دفعہ پانی ڈالا جاتا ہے اور چھ کُلیاں کی جاتی ہیں۔

پس اسلامی معاشرے کے مطابق دیگر اعضائے جسم چھوڑ کر صرف ہاتھوں کو کم از کم تیس چالیس مرتبہ دھویا جاتا ہے۔ کم از کم اکیس کُلیاں کی جاتی ہیں۔ دانت، مسوڑھے اور تالو انگلیوں سے آٹھ آٹھ دفعہ اور مسواک سے کم از کم ایک بار صاف کیے جاتے ہیں۔

یہ امر بھی قابلِ غور ہے کہ اگر اتنی مرتبہ ان اعضاء کے بیک وقت دھونے اور صاف کرنے کی ہدایت ہوتی تو یہ ناقابلِ برداشت بوجھ ہوتا۔ مگر اسے مختلف اوقات پر تقسیم کر کے ایسا پُرحکمت طریقہ تجویز کیا گیا ہے کہ وہ ذرا بھی بوجھل معلوم نہیں ہوتا۔ بلکہ دُنیا کے جھنجھٹوں میں پھنسا ہوا، محنت و مشقت کرنے والا، اُکتایا ہوا انسان متعدد بار اس طریق سے ہاتھ منہ دھو کر تروتازہ ہو جاتا ہے اور اس کا تکان کا احساس بہت کم ہو جاتا ہے۔

فیکٹریوں میں اگر یہ طریق رائج کر دیا جائے تو نہ صرف مزدور کے لیے مفید ثابت ہوگا بلکہ مِل مالک بھی اس سے بڑا فائدہ اُٹھائیں گے۔ مزدور کو تکان کا احساس جتنا بھی کم ہو اتنا ہی وہ زیادہ اور بہتر کام کر سکتا ہے۔ اور مجموعی لحاظ سے کارخانہ کی پیداوار پر یقیناً عمدہ اثر پڑتا ہے۔

کھانے سے پہلے ہاتھ دھونا احساسِ صفائی پیدا کرتا ہے جو کھانے میں ایک لطف پیدا کر دیتا ہے۔ اور کھانے کے بعد ہاتھ اچھی طرح دھونا، کُلیاں کرنا، دانتوں کا صاف کرنا اور ان کا خلال کرنا، معدے پر کھانے کے بوجھ کا احساس کم کر دیتا ہے۔ کیا ان سے بہتر، سہل اور بلاخرچ طریق صفائی و پاکیزگی اور اکثر امراض کے لیے حفظِ ماتقدم تجویز کیے جا سکتے ہیں؟

مسلمانوں کے یورپی تمدن سے متاثرہ طبقے نے اسلامی معاشرہ ترک کر کے یورپین طرزِ زندگی اختیار کر لی ہے۔ لیکن مندرجہ بالا حقائق کی روشنی میں ہم یہ کہنے پر مجبور ہیں کہ وہ احساسِ کمتری کا شکار ہو کر اس بلند معیارِ زندگی سے جو یقیناً اور واضح طور پر قیامِ صحت و ثبات کے لیے نہایت ہی مفید ہے، گر چکا ہے۔

ایک اور طبقے نے گو یورپی معاشرہ تو اختیار نہیں کیا، نماز ترک کر کے اسلامی معاشرے کے اس نہایت ہی کارآمد حصہ کو خیرباد کہہ دیا ہے۔ اور جہاں تک حفظانِ صحت، صفائی

اور پاکیزگی کا تعلق ہے، اپنے بدنمونہ سے اسلام اور بانیِ اسلام ﷺ کو دشمنانِ اسلام کے اعتراضات اور حملوں کا ہدف بنا دیا ہے۔

نسوانی طبعی عوارض:

اللہ تعالیٰ نے حوا کی بیٹیوں کے لیے ایک ایسا عارضہ مقرر کر دیا ہے جو بلوغت حاصل کرتے ہی ہر ماہ بحالتِ صحت انہیں لاحق ہوتا ہے۔ اسی طرح زچگی بھی ایک قدرتی عارضہ ہے، جس سے انہیں زندگی میں کئی بار دوچار ہونا پڑتا ہے۔ چونکہ ان عوارض کا صحت و صفائی سے تعلق ہوتا ہے، اس لیے ان کی نسبت اسلامی نقطۂ نگاہ سے مختصراً بحث کرنا ضروری ہے۔

اوّل الذکر عارضہ یعنی حیض کا عرصہ ہر عورت کے لیے مختلف ہوا کرتا ہے اور موخر الذکر یعنی نفاس یا ایامِ زچگی کا عرصہ مختلف مذاہب و ملل نے مختلف مقرر کر رکھا ہے۔ ان کے علاوہ استحاضہ کی بیماری ہے جو کسی عورت کی کمزوری کے باعث اسے لاحق ہوتی ہے۔ اور وہ ان دونوں عارضوں سے مختلف ہوا کرتی ہے۔ دنیا کی اکثر اقوام اور مذاہب میں ان عوارض کے دوران میں دخترِ حوا کی حالت نہایت قابلِ رحم ہوتی ہے۔ ایسے اوقات میں وہ ایک اچھوت اور ناپاک ہستی خیال کی جاتی ہے۔ تمام تقریباتِ مذہبی ہوں یا دنیاوی، خوشی کی ہوں یا غمی کی، ان میں شرکت سے محروم ہو جاتی ہے۔ اس عرصے میں وہ خود ناپاک اور جس چیز سے چھو جائے وہ بھی ناپاک ہو جاتی ہے۔ گویا تحقیر و تذلیل کا نشانہ بن جاتی ہے۔ وہ راز جن کے اظہار سے ایک عورت بالخصوص کنواری لڑکی کی شرم و حیا مانع ہوتی ہے، گھر کے ہر ذی شعور بچے چھوٹے بڑے مرد و زن بلکہ ملازموں پر بھی افشا ہو جاتا ہے۔

بوجہ اخراجِ خون عورت کی صحت پر تھوڑا بہت اثر ضرور پڑتا ہے۔ لیکن اس کے ساتھ احساسِ کمتری، مقاطعہ اور بائیکاٹ اسے اور زیادہ مضمحل کر دیتے ہیں۔ ہندوؤں اور پارسیوں وغیرہ میں بھی یہی سلوک صنفِ نازک کے ساتھ کیا جاتا ہے۔ بعض ہندو اقوام میں یہ رواج ہے کہ جب کسی گھر میں بچہ پیدا ہو تو ایامِ زچگی میں اس گھر کا پکا ہوا کھانا بھی کوئی غیر آدمی نہیں کھایا کرتا۔ یہودیوں نے تو اس معاملے میں حد کر دی ہے۔

توریت احبار باب ۱۲ اور ۱۵ میں دی ہوئی ہدایات قابلِ ذکر ہیں۔ بیٹا پیدا ہونے کی

صورت میں زچگی چالیس اور بیٹی کی صورت میں اسّی دن ہوا کرتی ہے۔ اور غسل اور طہارت کرتے ہی، استطاعت ہو تو، ایک سالہ برّہ اور ایک کبوتر یا اگر مقدور نہ ہو تو صرف دو کبوتر یا صرف دو قمریاں زچہ کے لیے قربانی دینی لازمی ہوتی ہیں۔ ایک اور پابندی یہ ہے کہ بیٹے کی پیدائش پر سات دن اور بیٹی کی پیدائش پر چودہ دن تک وہ اسی طرح ناپاک رہے گی جس طرح ایامِ حیض میں ہوا کرتی ہے، اور اس ناپاکی کے اثرات بھی وہی ہوں گے۔

ایامِ حیض کی ناپاکی سے متعلق توریت کے احکام ملاحظہ ہوں۔ حیض میں عورت سات دن تک ایسی ناپاک ہوگی کہ جو کوئی اسے چھوئے گا وہ بھی شام تک ناپاک رہے گا۔ اور جس بستر پر وہ عورت اپنی ناپاکی کی حالت میں سوئے، وہ بھی ناپاک ہو جائے گا۔ جس چیز پر بیٹھے وہ بھی ناپاک ہو جائے گی۔ اور جو کوئی اس کے بستر کو چھوئے، وہ اپنے کپڑے دھوئے، نہائے اور شام تک ناپاک رہے۔ اور اگر اس کا خون بستر پر یا جس چیز پر وہ بیٹھی ہو، لگ جائے اور اسے کوئی چھو جائے تو وہ بھی شام تک ناپاک رہے۔" (احبار، ۱۵: ۱۶-۲۳)

استحاضہ جس میں بوجہ بیماری ایک رگ سے خون ٹپکتا رہتا ہے، کی نسبت بھی بالکل ایسے ہی احکام ہیں۔ بلکہ اس کے ساتھ مزید سختی یہ ہے کہ اس کے ختم ہو جانے کے بعد بھی وہ اسی طرح ناپاک رہے گی۔ اور پھر پاک ہونے کے لیے اسے دو قمریاں یا دو کبوتر قربانی دینے پڑیں گے۔" (احبار، ۱۵: ۲۵-۳۱)

گویا یہ عوارض اس قدر ناپاکی اور گندگی پیدا کر دیتے ہیں کہ کوڑھ، طاعون، ہیضہ وغیرہ جیسی متعدی بیماریوں کی شکل اختیار کر لیتی ہیں۔ اور بجلی کی رَو کی مانند ایک جسم سے دوسرے جسم میں سرایت کرتی چلی جاتی ہیں۔ یا جیسے ریڈیائی لہروں کا زہریلا اثر کسی متاثرہ چیز سے چھوتے ہی لگ جاتا ہے اور پھر وہ دوسری چیز کسی اور چیز سے لگ جائے تو اس پر اثر ہو جاتا ہے، اور یہ اثر چلتا چلا جاتا ہے جب تک کہ اس کی مناسب طریق پر روک تھام نہ کی جائے۔

لیکن بروئے اسلام یہ طبعی عوارض جو قدرت نے آدم کی بیٹیوں کے لاحق کر دیے ہیں، ایسے ہیں کہ ان کی ناپاکی ہرگز ہرگز متعدی صورت اختیار نہیں کرتی۔ وہ صرف اس خاص عورت کی ذات سے متعلق ہوتی ہے اور وہ بھی بالکل محدود دائرہ کے اندر۔[1]

---

(۱) بخاری و دیگر احادیث میں حیض پر تفصیلی بحث ملاحظہ ہو۔

ایسے حالات میں صنفِ نازک کو بعض فرائضِ مذہبی کی بجا آوری سے حفظانِ صحت کے پیشِ نظر مستثنٰی رکھا گیا ہے۔ اور اسے دیگر مراعات دی گئی ہیں۔ شارع اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے سابقہ تمام سلاسل اور زنجیریں توڑ کر اور ان عوارض کی ناپاکی کی شدت کا احساس مٹا کر اور متعلقہ پابندیاں اور سختیاں دُور کر کے صنفِ نازک پر بہت بڑا احسان کیا ہے، اور مظلومہ دخترِ حوا کو عزت کے مقام پر لا کھڑا کیا ہے۔

قرانِ کریم میں ایّامِ ماہواری کو ایک ضرر رساں عارضہ قرار دیا گیا ہے[1]۔ اور اس کے دوران میں اختلاطِ جنسی سے سخت منع کیا گیا ہے۔ کیونکہ ایسا کرنا طبّی لحاظ سے مرد و عورت دونوں کی صحت کے لیے مضر ثابت ہوتا ہے۔ اور اگر اولاد ہو جائے تو اس کی صحت پر بھی بُرا اثر پڑتا ہے۔

اس پابندی کے علاوہ چند اور پابندیاں ہیں جو عورت کے ان ایّام میں جسمانی کمزوری، اعلیٰ صفائی اور پاکیزگی کے پیشِ نظر عائد کی گئی ہیں اور جو درحقیقت بمقابلہ صنفِ قوی اس کے لیے بڑی رعایات ہیں۔

حج سے متعلق بعض مناسک یا عبادات مثلاً طوافِ کعبہ وغیرہ نماز اور روزہ سے جو ایک قسم کی ریاضت اور مجاہدہ ہوتے ہیں، حائضہ مستثنٰی ہوتی ہے۔ مسجد میں جانا اور قرآن کریم کا پکڑنا اسے منع ہے۔ یہ حکم اللہ کے گھر اور کتاب کے خاص تقدس اور احترام کے باعث ہے۔

لیکن ان ایّام میں اس کے پاس بیٹھنا، اس کا پکایا ہوا کھانا اور اس سے عام میل جول منع نہیں ہے۔ وہ تمام عبادات میں سوائے نماز، روزہ اور حج کے بعض مناسک کے، شریک ہو سکتی ہے۔ اجتماعی دُعاؤں اور بھلائی کے کاموں میں حصہ لے سکتی ہے، قربانی دے سکتی ہے۔ اسی حالت میں اگر فوت ہو جائے تو اس کا جنازہ حسبِ دستور پڑھا جاتا ہے۔

الغرض اسلامی تعلیم کے مطابق ان ایام میں صنفِ نازک سے کوئی ایسا سلوک روا نہیں رکھا گیا جس سے اس کی تحقیر و تذلیل ہو یا وہ ایک نشانہ بن جائے۔ ہر طرح اس کی فطری شرم و حیا کا لحاظ رکھا گیا ہے۔ مسلمان گھرانوں میں ان ایام کا علم کنواری حائضہ کی صرف ماں یا باشعور بہنوں کو ہوا کرتا ہے۔ اور شادی شدہ عورت کے خاوند کو۔ وہ ایک راز ہوتا ہے جسے چند علم

---

(۱) بقرہ، ۲۸ع۔

رکھنے والے گھر کے افراد بھی افشا کرنا پسند نہیں کرتے۔

ایامِ زچگی کی نسبت اسلامی تعلیم کے یہی احکام ہیں۔ دونوں بیٹی اور بیٹے کی پیدائش پر ایک جیسے چالیس دن زچگی کے مقرر ہیں۔ ہاں استخاصہ جس میں ایک رگ سے خون نکلتا رہتا ہے، ایک بیماری قرار دے کر اسلام نے حیض کی پابندیوں سے اسے مستثنیٰ کر دیا ہے۔ اور احکامِ توریت کے برخلاف اسے ناپاک قرار نہیں دیا۔ اس کی مریضہ تمام عبادات میں حصہ لے سکتی ہے، اور کسی قسم کی اس پر پابندی نہیں ہے۔ ہاں ہر نماز کے لیے اسے وضو کرنا ضروری ہوتا ہے۔ اس کے ساتھ صرف ایک اور معمولی سی پابندی ہے۔

ہر عورت کے ایامِ ماہواری مقرر ہوتے ہیں، جن کی کمی بیشی وہ خود جانتی ہے۔ استخاضہ کی صورت میں وہ اپنے سابقہ اندازہ کے مطابق دن شمار کر کے حیض کے دن تصور کر لے اور اُن کے مطابق حسبِ معمول نہا دھوکر پاک ہو لے۔[۱]

ایامِ ماہواری اور زچگی کے اختتام پر عورت کو لازمی طور پر غسل کرنا پڑتا ہے، جس کی تفصیلات پہلے آ چکی ہیں۔ ہاں اگر استطاعت ہو تو رُوئی کی پھریری میں مشک لگا کر اندر رکھی جائے، یہ صفائی اور صحت کے لیے بہترین طریق ہے۔ بعدِ غسل سر کے بالوں میں کنگھی کرنا اور خوشبو لگانا بہت پسندیدہ ہے۔[۲]

آج کل بہت سی ادویہ جراثیم کُش اور بدبو دُور کرنے کی بازار میں ملتی ہیں، اور وہ مفید بھی ثابت ہوتی ہیں۔ لیکن اکثر ان میں سے ایسی ہوتی ہیں کہ ان کی بُو پسندیدہ نہیں ہوتی۔ لیکن اچھی اور اعلیٰ خوشبو مثلاً مشک دوہرا کام دیتی ہے۔ جراثیم اور بدبو دُور کرتی ہے اور ساتھ ہی دل دماغ کو فرحت پہنچاتی ہے۔

اس کے علاوہ یونانی طب میں بہت سے رحمی امراض بالخصوص بندشِ خون کی ادویہ کا مشک اہم جزو ہوا کرتا ہے۔ اور اس کا استعمال ایسے امراض کے لیے بہت عمدہ حفظِ ماتقدم ہے۔

اسلام میں موسوی شریعت کی طرح عورت کو کسی عبادت خانے میں جا کر کاہن کے پاس اپنی ناپاکیزگی کے کفارہ کے لیے کوئی قربانی پیش نہیں کرنا پڑتی۔ اور نہ ہی اپنا سربستہ راز

---

(۱) صحیح بخاری کتاب الحیض، حدیث نمبر ۲۲۶ و ۳۱۸۔

(۲) تجرید حصہ اوّل حدیث نمبر ۱۹۲ و مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۹۳۔

غیر مردوں کے سامنے افشا کرنے کی اسے ضرورت پیش آتی ہے۔

پانی کا متبادل:

اللہ تعالیٰ معبودِ حقیقی کی عبادت یا معبودانِ باطلہ کی پوجا کرنے کے لیے دیگر مذاہب میں اتنے اہتمام کرنے کی ضرورت پیش آتی ہے اور اتنی پابندیاں کرنی پڑتی ہیں، اور اخراجات برداشت کرنے پڑتے ہیں کہ بسا اوقات معذور و مجبور یا کم استطاعت انسان انہیں پورا نہ کر سکنے کے باعث عبادت سے ہی محروم رہ جاتا ہے۔ ہندوؤں کی اعلیٰ عبادت ہَوَن، زردشتیوں کے آتشکدے شعلہ زن رکھنے اور یہودیوں کے ہیکل اور عیسائیوں کے گرجے میں عبادت کرنے کی رسوم اور پابندیاں اور اخراجات اتنے ہوتے ہیں کہ ایک مسلمان جس کی عبادت اور اس کے اہتمام میں نہایت سادگی پائی جاتی ہے، گمان میں بھی نہیں لاسکتا۔ وہ جس کے لیے حسبِ ارشاد شارع اسلام علیہ الصلوٰۃ والسلام زمین کا چپہ چپہ عبادت گاہ بن سکتا ہے، کیسے سمجھ سکتا ہے کہ عبادت کے لیے چاندی سونے کے شمعدان اپنے سامنے رکھنے پڑیں گے۔ اور خاص تقریباتِ مذہبی پر خاص قسم کے خیمے یا جھونپڑے تیار کر کے رسومِ عبادات ادا کرنی پڑیں گی۔ یا وہ جو ڈیڑھ دو سیر پانی سے طہارت کر کے اور ہاتھ منہ دھو کر نہایت سادگی سے نماز پڑھتا ہے، کیسے ذہن میں لاسکتا ہے کہ اپنے معبود کی خوشنودی حاصل کرنے کے لیے اسے اعلیٰ قسم کی خوشبوئیں، لوبان اور زعفران یا چوبِ صندلین پھونکنی پڑے گی۔

اس میں کوئی شک نہیں کہ دنیا میں پاک و صاف کرنے والی چیزوں میں سب سے زیادہ سہل الحصول اور سریع الاثر پانی ہے۔ مگر مٹی بھی کسی حد تک گندگی کو دُور کرنے میں مدومعاون ہوتی ہے۔ زمین میں کوئی گندی چیز دفن کر دی جائے تو کچھ عرصہ بعد وہ اس میں مل کر ختم ہو جاتی ہے اور اس کے بُرے اثرات بہت حد تک زائل ہو جاتے ہیں۔ غلاظت کا دُور کرنا ہی دراصل پاکیزگی اور صفائی ہوتی ہے۔

رسولِ کریم ﷺ نے اس ارشاد کے سلسلے میں کہ ساری زمین میرے لیے سجدہ گاہ بنائی گئی ہے، زمین کو طہور فرمایا۔ اور عربی زبان میں طہور اُسے کہتے ہیں جو خود پاک ہو اور دوسری کسی چیز کو پاک کر دے۔

اسلام کا پیغام عالمگیر ہے، اس لیے اس کے احکام ایسے ہونے چاہئیں جو ہر انسان کے لیے ہر حالت میں قابلِ عمل اور مفید ہوں۔ طہارت اور وضو کے سلسلہ میں یہ واضح کیا جا چکا ہے کہ پانی اگر دستیاب نہ ہو یا ملے تو بوجہ بیماری یا کسی اور معقول عذر کے باعث اس کا استعمال کرنا مضرِ صحت ہو تو اس سے کم درجہ پاک و صاف کرنے والی چیز یعنی مٹی کام میں لائی جا سکتی ہے۔ اگر مٹی بھی دستیاب نہ ہو تو اس کے بغیر بھی نماز ہو سکتی ہے۔ مگر عبادت کسی عذر کے باعث ترک نہیں کی جا سکتی۔ یہ عملِ متبادل تیمم کہلاتا ہے۔ اور معقول عذر کی صورت میں غسل کی ضرورت پیش آنے پر بھی یہی طریق اختیار کرنے کی اجازت ہے۔

حضور ﷺ کے ایک صحابی کو غسل کی ضرورت پیش آئی مگر وہ کسی عذر کے باعث پانی نہ ملنے کی وجہ سے کہیں باہر کھلی زمین پر خاک میں لوٹ پوٹ کر آئے۔ اس وہم میں کہ جس طرح پانی سارے جسم پر ڈالا جاتا ہے، خاک بھی سارے جسم پر ملنی چاہیے۔ حضور ﷺ کو علم ہوا تو انہیں بُلا کر فرمایا تیمّم اس طرح کیا کرو۔ اپنے آپ کو خاک آلود کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔[1]

طریق بالکل سیدھا سادہ ہے۔ صاف ستھرے مٹی کے ڈلے پر یا کسی پاک مگر غبار آلود کپڑے یا کسی اور چیز پر جس پر خاک پڑی ہو، دونوں ہاتھوں کی ہتھیلیاں تھپکی جائیں۔ اگر غبار زیادہ لگ جائے تو پھونک مار کر تھوڑا سا اُڑا دیا جائے۔ پھر دونوں ہاتھ منہ پر مَل لیے جائیں۔ اور پھر دونوں ہاتھ آپس میں کلائیوں تک ملے جائیں۔ قرآنِ کریم میں اس غرض سے جو مٹی، خاک یا غبار کام میں لانے کا ارشاد ہے، وہاں صعیداً (پاک صاف مٹی) کے الفاظ استعمال ہوئے ہیں۔[2]

کس قدر سادگی اور سہولت ہے۔ ایک بے آب و گیاہ صحرا کا رہنے والا یا شدید سرد علاقے کا باشندہ اور ایک مریض اس طریق سے فائدہ اُٹھا سکتا ہے، بغیر اس کے کہ اس کی صحت پر کوئی بُرا اثر پڑے۔ سفر میں ایک صحابی شدید زخمی ہوئے، دوسروں نے اصرار کیا کہ وہ پانی استعمال کریں وضو وغیرہ کے لیے۔ اُنھوں نے غسل کر لیا اور زیادہ بیمار ہو کر فوت ہو گئے۔ حضورؐ کو جب اطلاع ہوئی تو سخت ناراض ہوئے۔ فرمایا وہ تیمّم کر لیتا اور زخم پر پٹی باندھ کر اس پر مسح

---

(۱) صحیح بخاری، کتاب التیمم، حدیث نمبر ۳۳۰۔

(۲) النساء، ۴ع، مائدہ، ۴ع۔

کر لیتا اور باقی جسم دھو لیتا۔[۱]

تیمّم کب تک قائم رہتا ہے، یہ امر قابلِ غور ہے۔ جب پانی دستیاب ہو جائے یا جس عذر کے ماتحت اسے اختیار کیا جائے، جاتا رہے، تو پھر غسل طہارت یا وضو جیسی بھی صورت ہو کرنا پڑتا ہے، اور تیمّم ختم ہو جاتا ہے۔ ''آب آمد تیمّم برخاست'' دوسری صورت یہ ہے کہ جن وجوہ کی بنا پر غسل طہارت یا وضو دوبارہ کرنا پڑتا ہے، وہی بحالتِ تیمّم پیش آ جائیں تو وہ بھی وضو وغیرہ کی طرح ختم ہو جاتا ہے اور دوبارہ کرنا پڑتا ہے۔

تیمّم کی افادیت اور دوسری خوبیاں اگر بالکل ہی نظر انداز کر دی جائیں تو وضو کی طرح اس میں بھی اخراجِ ریح کی پابندی، عبادت گاہوں، مجالسِ مذہبی اور اجتماعوں کی فضا پاک وصاف رکھنے کی اعلیٰ اور بے نظیر تدبیر ہے۔

بال اور ناخن:

اللہ تعالیٰ کی مخلوق میں انسان ہی ایک ایسی ہستی ہے جسے اپنے جسم کی صحت و ثبات کے لیے اپنی خداداد عقل سے بیرونی ذرائع کام میں لانا پڑتے ہیں۔ کسی جانور کے بال، پر، ناخن، کھال، کھر یا پنجے ضرورت اور ماحول کے مطابق قدرتی طور پر خود بخود جھڑتے یا اترتے رہتے ہیں اور پھر ان کی جگہ نئے نکل آتے ہیں۔ لیکن انسان کے ساتھ قدرت نے یہ سلوک نہیں کیا۔ بال اور ناخن اس کے بھی بڑھتے رہتے ہیں، لیکن اسے انہیں مصنوعی طریقوں سے تراشنا پڑتا ہے۔ وہ ایسا نہ کرے تو اس کے بال و ناخن اتنے بڑھ جاتے ہیں اور اس کی شکل ایسی بن جاتی ہے کہ اس میں اور غیر ذی عقل حیوان میں فرق نہیں رہتا۔

پھر انسان کی تخلیق ایسی ہے کہ اس کے جسم سے نکلی ہوئی کوئی غلاظت دوبارہ جسم کے اندر داخل ہو جائے یا جسم سے لگی رہے تو وہ بہت مضرِ صحت ثابت ہوتی ہے۔ مگر دوسرے حیوانات کو یہ صورت بہت کم پیش آتی ہے۔

بعض قومیں اور تارک الدنیا لوگ اپنے جسم کے ہر قسم کے بال اور ہاتھ پاؤں کے ناخن قدرتی حالت پر چھوڑ کر بڑھنے دیتے ہیں اور ان کا کاٹنا یا تراشنا مذہبی جرم قرار دیتے ہیں۔

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۴۸۰۔

ازمنہ وسطیٰ میں یورپ کے عیسائی راہب بالوں اور ناخنوں کا نہ کاٹنا، نہانے دھونے اور عمدہ و پاکیزہ خوراک سے پرہیز بڑی نیکی خیال کرتے تھے۔ اور عوام کے نزدیک ان کی پارسائی کے معیار کا انحصار ان کے ان خلافِ حفظانِ صحت طریقوں پر عمل کرنے کی مدت پر تھا۔ وہ فقیر جس نے مدت العمر نہ بال ترشوائے ہوں اور نہ نہایا دھویا ہو سب سے زیادہ پارسا اور خدا رسیدہ سمجھا جاتا تھا۔

اسلام اس طرزِ عمل کے سراسر خلاف ہے

بچے کی پیدائش کے وقت صرف اس کے سر پر بال ہوا کرتے ہیں، جن کی صفائی اور کاٹنے مونڈنے کی نسبت پہلے ذکر آ چکا ہے۔ بلوغت پر پہنچتے ہی انسان کی بغلوں میں اور زیرِ ناف بھی بال نکل آتے ہیں۔ مرد کے داڑھی بھی آ جاتی ہے۔ ان سب بالوں کا سوائے عورت کے سر کے بالوں کے قدرتی حالت پر چھوڑ دینا اسلام میں پسندیدہ نہیں ہے۔ ان کا مناسب انداز اور طریق سے کاٹنا مونڈنا یا اُڑا دینا ضروری قرار دیا گیا ہے۔ ان کی نگہداشت اور صفائی بھی نظر انداز نہیں کی گئی۔ اور حفظانِ صحت کے قواعد کے پیشِ نظر ہدایات دی گئی ہیں۔

جمعہ اور عیدین پر مردوں کا حجامت کروانا، ان کا اور عورتوں کا نہا دھو کر سر کے بالوں کی صفائی اور ان میں کنگھی کرنا، تیل اور خوشبو لگانا ضروری قرار دیا گیا ہے۔(۱)

لبیں یعنی مرد کے بالائی ہونٹ کے اوپر کے بال اتنے چھوٹے کرانے کی ہدایت ہے کہ وہ منہ میں نہ پڑنے پائیں۔ اس کی وجہ ظاہر ہے۔ یہ بال لمبے ہوں تو ناک اور منہ کی کثافتوں سے آلودہ ہو جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ منہ میں بھی پڑتے رہتے ہیں، جو صحت و صفائی کے خلاف ہے۔

بغلوں اور زیرِ ناف بالوں کے مونڈنے یا اُڑانے کی تاکیدی ہدایت کی حکمت و افادیت عیاں ہے۔ انسان کی ٹانگیں اور بازو سب سے زیادہ حرکت کرنے والے اعضا ہیں اور اس حرکت کا سارا دباؤ اس مقام پر پڑتا ہے، جہاں ٹانگیں اور بازو بدن سے جُڑتے ہیں۔ ان ہی جوڑوں پر بلوغت میں بال پیدا ہونے شروع ہوتے ہیں۔ اور یہ مقام قدرتی طور پر اعضا سے اور مصنوعی طور پر لباس سے ہر وقت ڈھکے رہتے ہیں۔ حرکت اور ڈھکے رہنے کے باعث وہاں

---

(۱) تجرید بخاری، کتاب الجمعہ، حدیث نمبر ۴۵۸ و ۴۶۱۔

پسینہ بہت آتا ہے۔ خاص کر موسمِ گرما میں یا بھاگ دوڑ کرنے سے۔ اس طرح ان مقاموں پر اور وہاں کے بالوں پر غلیظ مواد کی تہہ جمتی چلی جاتی ہے۔ ان بالوں کو اگر مونڈا یا اُڑایا نہ جائے تو وہاں پھوڑے پھنسیاں اور دوسری جِلدی بیماریوں کے پیدا ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ بعض دفعہ ان بالوں میں، اگر بڑھے ہوئے ہوں، جوئیں بلکہ چم جوئیں پڑ جاتی ہیں جن سے ٹائفس بخار پیدا ہوتا ہے اور انہی کے ذریعے پھیلتا ہے۔

ایک مسلم ڈاکٹر نے جو عالمی جنگِ اوّل میں فوجوں کے ساتھ یورپ گئے تھے، بتایا کہ یورپین اور دوسرے غیر مسلم فوجیوں میں ایسے بالوں کے صاف کرنے کا رواج نہیں تھا۔ لڑائیوں میں بالعموم سپاہی بے حد مصروف ہونے کے باعث اپنی صفائی کا کما حقہٗ خیال نہیں رکھ سکتے۔ صفائی کی کمی کا جسم کے ان حصوں پر بہت زیادہ اثر پڑتا ہے۔ اس لیے ان سپاہیوں میں مختلف امراض ان حصوں سے متعلق پیدا ہو جاتے تھے۔ بالخصوص ٹائفس بخار ان میں وبائی صورت اختیار کر لیتا تھا۔ اسی ڈاکٹر نے بتایا کہ ان بالوں کا قدرتی حالت پر چھوڑ دینا قوتِ مردمی پر بھی بُرا اثر ڈالتا ہے۔

اسلام میں سر اور داڑھی کے بالوں کو کنگھی کرنا اور ان کا سنوارنا پسندیدہ امر قرار دیا گیا ہے اور ان کا پراگندہ اور خراب رکھنا بہت ناپسند کیا گیا ہے۔[(۱)]

کسی دوسری شریعت میں اس اصولِ حفظانِ صحت کی نسبت کوئی ہدایت نہیں ملتی۔ مغربی لوگ بھی اسے کوئی اہمیت نہیں دیتے۔ اب جب دو عالمی جنگوں میں اقوام کا میل جول بڑھا اور انہیں اس کی افادیت کا علم ہوا تو بعض لوگ متوجہ ہوئے۔

ان کی طبّی کتب میں اُن مخصوص حصص سے متعلقہ امراض بتانے کے لیے جو تصاویر دی جاتی ہیں یا مٹی کے ماڈل ہوتے ہیں، وہ بھی اس صفائی اور پاکیزگی سے غفلت پر شاہد ہیں۔ ان تو منجن اور دانتوں کے برش کے اشتہاروں کی طرح اخبارات میں بال صاف کرنے کی ادویہ کے بعض دفعہ اشتہار نظر آتے ہیں۔

نفسیاتی لحاظ سے انسان اپنے چہرے اور سر کے بال جو نمایاں ہوتے ہیں اور جن پر دوسروں کی نگاہ پڑتی ہے، ہمیشہ صاف رکھنے کی کوشش کرتا ہے۔ لیکن پوشیدہ بالوں سے متعلق وہ

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۰۸۵۔

غفلت برتتا ہے، جس کے باعث اس کی صحت پر بُرا اثر پڑنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ بانیِ اسلام ﷺ کا چودہ سو سال پہلے ان بالوں کی نسبت توجہ دِلانا اور تاکید کرنا جو کسی اور مذہبی رہنما یا ماہر علم الصحت کو آج تک نہ سُوجھا، ظاہر کرتا ہے کہ اس کی رہنمائی کرنے والی بلند و بالا اور حکیم و علیم ہستی تھی۔

ہم یہ بتا چکے ہیں کہ شیر خوار بچے کے ناخن بڑھ جائیں تو وہ چونکہ ہر وقت ہاتھ پاؤں مارتا رہتا ہے، بعض دفعہ اپنا چہرہ وغیرہ ان سے زخمی کر لیتا ہے۔ انسانی جسم میں ناخنوں سے بڑھ کر شاید ہی کوئی اور حصہٗ بدن نقصان پہنچانے کا موجب ہوسکتا ہو۔ ناخنوں کی ہُس ہر سمجھ دار آدمی جانتا ہے۔ اور ڈاکٹر اور اطباء بدن پر، خاص کر کسی زخم پر، ناخنوں سے کھجلانا سخت منع کرتے ہیں۔ بڑھے ہوئے ناخنوں کی خراش بعض دفعہ مہلک ثابت ہوتی ہے۔ ناخن جتنے بھی صاف رکھنے کی کوشش کی جائے، وہ صاف ہونے میں نہیں آتے۔ ان کے نیچے بیرونی اور اندرونی میل کچیل کام کاج کے باعث فوراً بھر جاتی ہے۔ اِدھر خوب صاف کیے، دھوئے دھائے اور کام شروع کیا، اُدھر ان میں میل جمع ہونی شروع ہوگئی۔

مغربی لوگ بڑھے ہوئے ناخنوں کی مضرتوں سے واقف ہوتے ہوئے بھی ان سے پرہیز نہیں کرتے۔ خوشنما ناخن گیر مختلف قسم کے اور ان کے رگڑنے کے لیے نازک ریتیاں بازار میں عام ملتی ہیں۔ اور یورپین عورتیں اور ان کے تمدن کی گرویدہ ایشیائی و افریقی مستورات محض ناخنوں کے تراشنے اور ان کے صاف کرنے اور رنگنے وغیرہ کے لیے الگ نہایت خوبصورت صندوقچے رکھا کرتی ہیں۔ ناخن اِدھر اُدھر سے کاٹ چھانٹ اور رگڑ کر ان کے درمیان لمبی تیز نوکیں خوبصورتی کے لیے چھوڑ دیتی ہیں جن کی صفائی کے لیے انہیں روزانہ بڑا اہتمام کرنا پڑتا ہے۔ باوجود اس کے ان میں صحیح طور پر صفائی نہیں آ سکتی۔ اور وہ نوکیں بڑھے ہوئے گول ناخنوں سے بھی زیادہ خوفناک بلّی کے پنجوں کی طرح بن جاتی ہیں۔ پھر یہ لوگ اگر ہاتھوں کے ناخنوں کے تراشنے کا اتنا اہتمام کرتے ہیں تو پاؤں کی انگلیوں کے ناخنوں کی طرف کماحقہٗ توجہ نہیں کرتے۔

اسلامی تعلیم کے مطابق جمعہ اور عیدین پر حجامت میں ہاتھ پاؤں کے ناخنوں کا تراشنا بھی شامل ہے، ناخنوں کی میل کچیل اور ان کی ہُس کی مضرتوں سے بچنے کے لیے ان کا عام

دستور کے مطابق گول کا شاہی مفید اور بہترین طریق ہے۔

ناخنوں کی طرح بغلوں وغیرہ کے بڑھے ہوئے بال بھی مضرِ صحت ثابت ہوتے ہیں اور ان کا قدرتی حالت پر چھوڑ دینا صفائی و پاکیزگی کے منافی ہے۔ وقتاً فوقتاً ان کا مونڈنا یا اُڑا دینا ایک مسلم کی فطرتِ ثانیہ بن جاتی ہے۔ اس کے ہاتھ پاؤں کی انگلیوں کے ناخن یا ان بالوں میں سے کوئی سے بڑھ جائیں تو اس کی طبیعت پر ایک انقباض رہتا ہے۔ جب انہیں تراش دے یا صاف کر دے تو اپنے آپ کو ہلکا پھلکا اور صاف ستھرا محسوس کرتا ہے۔

یورپین اقوام علمِ صحت میں بڑی ترقی کر چکی ہیں، اور ان کی ظاہری ٹیپ ٹاپ جاذبِ نظر ہوتی ہے، جس پر وہ خود بھی ناز کرتے ہیں۔ چہرے کے بال یعنی مونچھ داڑھی کا روزانہ ایک دو مرتبہ ایسا صفایا کرتے اور اس طرح استرے سے رگڑتے ہیں کہ چہرے کی کھال بھی گویا چھیل ڈالتے ہیں۔ اور اس کھال کے نرم اور صاف رکھنے کے لیے کئی قسم کے قیمتی خوشبودار پوڈر اور کریم کام میں لاتے ہیں۔ لیکن ناخنوں اور پوشیدہ بالوں سے غفلت برتنا اور انہیں قدرتی حالت پر بڑھنے دینا کہاں کی دانش مندی ہے؟

ہم حیران ہیں، دانشورانِ یورپ کو ان سے گھن کیوں نہیں آتی۔ دراصل یہ لوگ اپنے اس طرزِ عمل سے اسی طرح مانوس ہیں جس طرح بلا آبدست غسل کے لیے ٹب میں گھسنے یا بند ڈبوں کی خوراک کی بُو سے مانوس ہیں۔

یہ کہنا کہ بڑھے ہوئے ناخنوں اور بغلوں وغیرہ کے بالوں کی مضرات سے وہ واقف نہیں ہیں، غلط ہے۔ ابتدائے اسلام سے ہی بمقابلہ دیگر تمام اقوام، عیسائی اقوام کے مسلمانوں سے تعلقات معاندانہ ہوں یا دوستانہ، زیادہ رہے ہیں۔ اور ان کا علمی اور ترقی یافتہ طبقہ ہمیشہ ہی اسلامی معاشرے سے خوب واقف چلا آیا ہے۔ اور انہیں مسلمانوں کے اس طرزِ عمل کا بھی پورا علم رہا ہے۔ لیکن ان کے ان کارآمد اور مفیدِ صحت اصول کے نہ اپنانے کے بعض وجوہ ہیں۔

زمانۂ اقتدارِ اسلام میں عیسائی عوام جاہلیت اور توہمات کی زنجیروں میں جکڑے ہوئے، اپنے ہر شعبۂ زندگی میں ہدایت و رہنمائی کے لیے علم و فضل کے واحد اجارہ دار پادری کے محتاج تھے۔ اور اس سے سرِ مُو روگردانی ارتداد و انحراف کے مترادف خیال کی جاتی تھی۔ اس نے اسلام، اسلامی معاشرہ اور مسلمانوں کے خلاف اتنی نفرت اور غلط فہمیاں پھیلا رکھی تھیں کہ صلح

و دوستی کے ایام میں بھی عیسائیوں کے دلوں میں کدورت موجود رہتی اور مسلمانوں کے کسی عمل کی، اچھا ہو یا بُرا، پیروی کرنا مذہب کے سخت خلاف سمجھا جاتا تھا۔ اور اس کے ساتھ پادری مسلمانوں کے طرزِ عمل کے بالکل اُلٹ اپنا عملی نمونہ دِکھا کر اور اپنے مظاہرۂ زہد وتقویٰ سے مرعوب کر کے ان کی خوبیاں اختیار کرنے سے عیسائیوں کو باز رکھنے کی کوشش میں لگا رہتا تھا۔

مسلمان اگر صاف ستھرے رہتے اور حلال اور طیبات کھاتے تو پادری غلیظ اور گندا رہ کر اور ناپسندیدہ غذا کھا کر دِکھاتا۔ وہ روزانہ غسل کرتے تو یہ عمر بھر اس سے پرہیز کرتا۔ وہ ناخن اور جسم کے غیر ضروری بال لیتے تو یہ انہیں عمر بھر قدرتی طور پر بڑھنے دیتا۔ الغرض ہر لحاظ سے پادری اسلامی معاشرے کے خلاف ایک جیتی جاگتی تصویر تھی جو عیسائیوں کے لیے زندگی ڈھالنے کے واسطے بہترین ماڈل سمجھا جاتا تھا۔

اور اب جب انقلاب آ گیا، مسلمان اسلامی تعلیم و معاشرہ ترک کر کے قعرِ مذلّت میں جا گرے اور جن پر وہ کبھی حکومت کیا کرتے، اُنہی کے محکوم ہو گئے تو صدیوں کی پیدا کردہ نفرت کے ساتھ اپنے حکمرانوں کو زیر کر لینے کا نشہ، گذشتہ زمانوں کی یاد، احساسِ برتری یورپین اقوام کو باوجود اتنی روشنی، ترقی اور تعلیم کے اب تک اسلام اور اسلامی معاشرے کی خوبیاں اختیار کرنے اور اپنانے سے باز رکھے ہوئے ہیں۔ اور ایک محکوم اور گری ہوئی قوم کا طریق کار خواہ وہ صحت وثباتِ انسانی کے لیے کتنا ہی مفید و کار آمد ہو، اختیار کرنا اپنی شان کے شایان نہیں سمجھتے۔

(۶)

لباس

اللہ تعالیٰ نے سوائے انسان کے ہر جاندار کو ایسا بدن عطا کیا ہے جو اس کے خاص ماحول میں موسم کے شدائد کا بہت حد تک مقابلہ کرنے کے لیے اسے کام دیتا ہے۔ لیکن انسان کو عقل دے کر اپنے پیدا کردہ سامانوں سے فائدہ اُٹھانے اور اس پہلو سے ترقی کرنے کا موقع بہم پہنچایا ہے۔ پہلے پہل وہ اپنا جسم پتوں سے ڈھانکا کرتا اور غاروں میں پناہ لیتا تھا۔ لیکن اب اپنی خداداد عقل سے کام لے کر مختلف قسم کے لباس پہنتا اور عالیشان عمارتوں میں رہتا ہے۔ اور دن بدن ترقی کرتا چلا جا رہا ہے۔ لباس اب انسان کی صحت و ثبات اور اس کی زینت کے لیے

متمدن زندگی کا جزوِ لاینفک بن چکا ہے۔

دوسری شریعتوں اور تمدنوں میں گو لباس جسم کی زینت اور حفاظت کا ذریعہ سمجھا جاتا ہے، لیکن اس کی پاکیزگی اور صفائی کی نسبت کوئی خاص ہدایات ان میں نہیں پائی جاتیں۔ اسلام لباس کے ان دو فائدوں کے علاوہ تیسرا فائدہ اس کا ستر ڈھانکنا بتاتا ہے۔[۱]

قرآن کریم میں فرمایا ''جب مسجد میں (نماز کے لیے) جاؤ تو زینت اختیار کرو۔''[۲] یعنی صاف ستھرے لباس میں عبادت کیا کرو۔ چونکہ اسلام میں عبادت کا اجتماعی رنگ ہوا کرتا ہے، اس لیے اس سے یہ بھی استنباط کیا جا سکتا ہے کہ ہر اجتماع میں صاف ستھرے لباس میں جانا چاہیے۔ جو شخص روزانہ پانچ وقت نماز ادا کرنے کے لیے لباس سے متعلق اس ہدایت پر عمل کرے، اس کا لباس کبھی غلیظ اور گندا نہیں رہ سکتا۔

پھر فرمایا: ''بندوں کے لیے اللہ تعالیٰ کی پیدا کردہ اشیاء جو موجبِ زیب و زینت ہیں، کون حرام یا ناجائز قرار دے سکتا ہے۔''[۳] حسبِ حیثیت اچھا لباس پہننا اور زینت اختیار کرنا اللہ تعالیٰ کے نزدیک پسندیدہ امر اور شکرانِ نعمت ہے۔

لباسِ موجبِ زینت بھی ہو سکتا ہے، جب وہ صاف ستھرا ہو۔ بیش قیمت، زربفت اور مخمل کا لباس میلا کچیلا اور غلاظت سے لتھڑا ہوا پہننے والے کی زینت بڑھانے کی بجائے برباد کر دیتا ہے اور اس شخص کو دوسروں کی نظروں میں گرا دیتا ہے۔ لیکن بوسیدہ پھٹا پرانا مگر صاف ستھرا اور اُجلا لباس ایک انسان کی زینت اور عزت دوبالا کر دیتا ہے اور نفسیاتی لحاظ سے بھی وہ اپنے آپ کو صاف لباس میں ہلکا پھلکا محسوس کرتا ہے۔

طہارت کی بحث میں یہ ذکر آ چکا ہے کہ بول و براز کی ذرہ بھر آلائش بھی پابندِ نماز مسلمان اپنے لباس پر لگی ہوئی لمحہ بھر کے لیے پسند نہیں کرتا۔ ایسے مسلمان کے لیے نجاست سے پرہیز اس کی فطرتِ ثانیہ بن جاتی ہے۔

بانیِ اسلام علیہ التحیۃ والسلام تکلف اور جاہ پسندی سے نفرت کرتے تھے۔ لیکن بعض دفعہ اعلیٰ سے اعلیٰ نہایت قیمتی اور خوشنما لباس جو ایک مرد کے شایانِ شان ہو، زیبِ تن فرماتے۔[۴]

---

(۱) اعراف، ۳، ع۔ (۲) اعراف، ۳، ع۔ (۳) اعراف، ۴، ع۔

(۴) ابوداؤد، کتاب اللباس، باب لبس الصوف والشعر۔

امراء اور سلاطین کے بطور ہدیہ بھیجے ہوئے بیش قیمت لباس قبول فرماتے اور پہنتے۔ اس قسم کے لباس کا مقصد عیاں ہے۔ غیر مذاہب کے تارک الدنیا لوگ نہ صرف اعلیٰ قسم کی غذائیں ترک کر دیتے ہیں بلکہ عمدہ اور صاف ستھرے لباس سے بھی پرہیز کرتے ہیں۔ اسلام ترکِ دُنیا اور ایسے نفس کشی اور ریاضتِ شاقہ کے طریق کا مخالف ہے۔ اور رسولِ پاک ﷺ نے اپنا نمونہ پیش کر کے آسودہ حال لوگوں اور طبقۂ امراء پر بہت بڑا احسان کیا ہے۔

بایں ہمہ حضورؐ کا لباس بالعموم بہت سادہ مگر ہمیشہ صاف ستھرا اور اُجلا ہوا کرتا تھا۔ گو آپؐ بعض دفعہ رنگ دار اور دھاری دار لباس بھی زیب تن فرماتے، لیکن سفید آپؐ کا نہایت مرغوب اور پسندیدہ رنگ تھا۔(۱)

کفن بھی میت کے لیے سفید رنگ کا پسند فرماتے۔ سفید ہی ایک ایسا رنگ ہے، جس پر ذرا سا داغ یا میلا پن فوراً نمایاں ہو جاتا ہے۔

مرد کے لیے حضورؐ سرخ رنگ ناپسند فرماتے۔ ایک مرتبہ حضرت عبداللہ بن عمرؓ سرخ لباس پہنے خدمتِ حضورؐ میں حاضر ہوئے۔ فرمایا: ''یہ کیا لباس ہے؟'' اُنہوں نے جا کر آگ میں ڈال دیا۔ حضورؐ نے سنا تو فرمایا: ''جلانے کی ضرورت نہ تھی، کسی عورت کو دے دیا ہوتا۔''(۲)

ایک مرتبہ ایک شخص میلے کپڑے پہنے ہوئے تھا۔ آپؐ نے دیکھا تو فرمایا: ''اس سے اتنا نہیں ہوتا کہ کپڑے دھو لیا کرے۔''(۳) پھر ایک شخص خراب کپڑے پہنے خدمتِ حضورؐ میں آیا تو اس سے دریافت فرمایا: ''تمہیں کچھ مقدور ہے؟'' بولا، ہاں! ارشاد ہوا، ''خدا نے نعمت دی ہے تو صورت سے بھی اس کا اظہار ہونا چاہیے۔''(۴)

جیسا کہ پہلے بھی عرض کیا گیا ہے، لباس پر حضورؐ خوشبو بھی لگایا کرتے تھے۔ جمعہ اور عیدین کے موقع پر حجامت کرانا، نہانا دھونا، صاف ستھرا لباس پہننا اور خوشبو لگانا ہر مسلم کا فرض قرار دیا گیا ہے۔

ہاں مرد کے لیے ریشمی لباس پہننا منع ہے۔(۵) اس قسم کے لباس سے مردانگی کے بجائے

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۱۵۸۰۔ (۲) ابوداؤد، باب فی الحمرۃ۔

(۳) مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۰۸۵۔

(۴) ایضاً، حدیث نمبر ۴۱۱۳۔

(۵) تجرید بخاری، حصہ دوم، کتاب اللباس، حدیث نمبر ۸۰۲۔

ایک قسم کی نزاکت آ جاتی ہے جو صنفِ نازک کا شیوہ ہے۔ لیکن بوجہ کسی بیماری مثلاً خارش وغیرہ میں ایسا لباس پہنا جائے تو کوئی مضائقہ نہیں ہے۔

تہہ بند، پاجامہ، شلوار یا پتلون کا نیچا رکھنا اسلام میں پسندیدہ امر نہیں ہے[1]۔ علاوہ تکبر کی علامت کے گھسٹتا ہوا پاجامہ وغیرہ بہت جلد گندا اور غلیظ ہو جاتا ہے اور جلد پھٹ جاتا ہے۔

ہمارے ملک کے بعض علاقوں میں تہہ بند اتنا لمبا چوڑا باندھتے ہیں کہ چلتے ہوئے زمین پر گھسٹتا چلا جاتا ہے اور جب تیز چلنے یا دوڑنے کی ضرورت پیش آئے تو اسے ہاتھ سے تھامنا پڑتا ہے، تاکہ آدمی گرنے نہ پائے۔

میں نے ایک امیر آدمی کو دیکھا جو بیش قیمت ریشمی تہہ بند بہت بڑا باندھا کرتا۔ جب وہ چلتا تو وہ اس کے پیچھے گھسٹتا ہوا جاتا اور اس کے ساتھ کوڑا کرکٹ اور کنکریاں بھی گھسٹتی جاتیں، اور جہاں سے وہ گزرتا اس کے پیچھے پیچھے ایسا معلوم ہوتا کہ جھاڑو پھیرا ہوا ہے۔ ہفتہ ڈیڑھ ہفتہ میں وہ اپنے تہہ بند کے پرخچے اُڑا دیتا اور اسی میں وہ اپنی شان سمجھتا تھا۔

لمبی گھسٹتی ہوئی پتلون یا شلوار کا بھی یہی حشر ہوتا ہے۔ پائینچے گندے ہونے کے علاوہ جلد پھٹ جاتے ہیں۔ پتلون کے پائینچے کی اُلٹی تہہ میں تو خاک اور غبار کے علاوہ گھاس پھوس اور چھوٹے پودوں کے بیج جمع ہو جاتے ہیں۔ ایک مرتبہ ایک انگریزی اخبار میں ایک خوش مذاق نامہ نگار نے ایک مضمون شائع کیا اور اپنا تجربہ بتایا کہ اس نے اپنی پتلون کے پائینچے کی تہہ کا گرد و غبار ایک گملے میں جھاڑ دیا اور اسے پانی دیا تو کئی چھوٹے چھوٹے پودے اُگ آئے۔ ہم نے بھی تجربہ کیا اور اسے صحیح پایا۔

اس قسم کا لباس صفائی اور پاکیزگی کے منافی ہوتا ہے۔ اور لباس پر لگی ہوئی کسی قسم کی غلاظت یا گندگی صحتِ انسانی پر اثر انداز ہوتی ہے۔

نماز شروع کرتے ہی جو مسنون دُعا کی جاتی ہے، اس کا ایک فقرہ ہے: ''اے اللہ! مجھے گناہوں اور خطاؤں سے اسی طرح پاک و صاف کر دے جس طرح سفید کپڑا میل کچیل سے صاف کیا جاتا ہے۔'' گویا پاک و صاف کپڑا روحانی زندگی میں بھی ایک مثالی چیز قرار دی گئی ہے۔

---

(۱) ایضاً، حدیث نمبر ۴۹۶ و مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۰۵۱۔

(۷)

برتن

قرآن کریم میں آبِ مقطر اور پاکیزہ وشیریں مشروبات سے بھری ہوئی صراحیوں، شیشوں، آبخوروں اور چھلکتے ہوئے پیالوں کا بہت مقامات پر ذکر آتا ہے[۱]۔ گو ان کا تعلق اُخروی زندگی سے ہے، لیکن برتنوں کی پاکیزگی اور صفائی کی نسبت ان میں اشارہ پایا جاتا ہے۔

اسلام جس طرح دوسرے شعبہ ہائے زندگی میں سادگی کی تعلیم دیتا ہے، اسی طرح برتنوں کی نسبت سادگی کی تلقین کرتا ہے۔ چنانچہ سونے چاندی کے برتنوں میں کھانے پینے سے منع کیا گیا ہے[۲]۔ کیونکہ ان کے استعمال میں تکبر اور نمائش کی بُو آتی ہے۔

برتنوں کی صفائی کی نسبت کئی ارشادات ہیں۔ کتا اگر کسی برتن میں منہ ڈالے تو اُسے سات مرتبہ دھونا چاہیے[۳]۔ اسی طرح دوسرے ناپاک جانوروں کے برتن میں منہ ڈالنے کی صورت میں حسبِ ضرورت ظروف دھوئے جانے چاہئیں۔

حضرت رسولِ کریم ﷺ نے ایسے برتنوں میں کھانے پینے سے منع فرمایا جو شراب اور دیگر مسکرات کے پینے کے لیے مخصوص ہوتے ہیں۔ اور یہ بھی ارشاد فرمایا کہ ایسے برتن نہ کسی چیز کو حلال کر سکتے ہیں نہ حرام[۴]۔ درحقیقت اس حکم میں ایک نفسیاتی پہلو مدنظر ہے۔ نہایت لطیف پیرایہ میں مسلمانوں کے مسکرات ومنشیات سے توجہ ہٹانے کی تلقین کی گئی ہے۔

(۸)

مکان اور عبادت گاہیں

اللہ تعالیٰ نے جس طرح دوسری ضروریاتِ زندگی کے حصول کے لیے انسان کو عقل

---

(۱) واقعہ، ا ع، زخرف، ۷ ع، غاشیہ، ا ع وغیرہ۔

(۲) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۷۱۳۔

(۳) تجرید، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۱۲۹۔

(۴) ترمذی، جلد ثانی، ابواب الاشربہ، ص ۹۔

عطا کی ہے، اسی طرح اسے اپنی رہائش وسکونت اور شدائدِ موسم سے پناہ لینے کے واسطے سامان فراہم کرنے کی سمجھ بخشی ہے۔ انسانی زندگی اور صحت وثبات پر رہائش اور سکونت بھی گہرا اثر ڈالتی ہے۔ اور فی زمانہ انسان اپنی آرام گاہوں اور مسکنوں کی تعمیر میں ترقی کی جانب تیزی سے قدم بڑھاتا چلا جا رہا ہے۔ اس لیے ضروری ہے کہ اس کی نسبت بھی اسلامی نقطۂ نگاہ مختصراً بیان کر دیا جائے۔

زیرِ عنوان ''ہوا'' مکانوں اور عبادت گاہوں کی تعمیر سے متعلق کچھ بحث کی جا چکی ہے۔ اور یہ بھی بیان کیا گیا ہے کہ اسلامی طرزِ عبادت اس کی مقتضی ہے کہ اسلامی عبادت گاہیں بڑی وسیع اور کشادہ ہوں۔ اس کے علاوہ قرآن کریم میں وسیع اور عریض بالا خانوں اور باغوں کا ذکر اور رسولِ پاک ﷺ کی مساجد کی صفائی و تقدیس کی نسبت تاکیدی ہدایات نے، جن پر مسلمان ہمیشہ سختی سے عمل کرتے رہے ہیں، ان کے فنِ تعمیر پر گہرا اثر ڈالا اور اُنہوں نے اس فن سے متعلق سابقہ تمام نظریے بدل دیئے۔

تقریباً تمام مذاہب میں تہواروں اور مذہبی تقاریب پر جب مخلوق کا بڑا اژدحام ہوا کرتا ہے، ان مواقع سے متعلق رسوم وعبادات انہی عبادت خانوں میں ادا کی جاتی ہیں، جہاں روزانہ یا ہفتہ وار عبادت ہوا کرتی ہے۔ عبادت گزاروں کی بڑھی ہوئی تعداد کی نسبت موقع ومحل کے مناسبِ حال اور حفظانِ صحت کے اصول کے پیشِ نظر جن کا ایسے موقعوں پر اختیار کرنا از بس ضروری ہوتا ہے، کوئی تدبیر و ہدایات ان مذاہب میں تجویز نہیں کی گئیں۔

چنانچہ ایسے اجتماعات پر گرجوں، مندروں، آتش کدوں وغیرہ میں انبوہِ کثیر کے باعث جس طرح فضا مکدر ہو جاتی ہے، اس کا ذکر پہلے آ چکا ہے۔ بالخصوص ہندوؤں کے مندروں میں ایسے مواقع پر جگہ کی تنگی کا نظارہ دیکھنے سے تعلق رکھتا ہے۔

لیکن اسلام اگر پنج وقتہ عبادت کھلی اور ہوادار مساجد میں ادا کرنے کی ہدایت کرتا ہے تو ہفتہ وار جمعہ کی نماز، جس میں سارا شہر جمع ہوتا ہے، بڑی وسیع مسجد میں، جسے جامع مسجد کہتے ہیں، ادا کرنے کی تاکید کرتا ہے۔ اور عیدوں کی نماز جو سال میں صرف دو مرتبہ ہوا کرتی ہے، اور جن میں سارے شہر اور ملحقہ آبادیوں کے لوگ شامل ہوا کرتے ہیں، شہر سے باہر کھلی ہوا اور میدان میں، اگر موسم کی خرابی اس میں مزاحم نہ ہو، پڑھنے کا حکم ہے۔ اور عبادت فرشِ خاکی پر

آسمان کی چھت کے نیچے ادا کی جاتی ہے۔

پھر سب سے بڑا سالانہ اجتماع حج ہے، جس میں لاکھوں مسلمان اطراف عالم سے آ کر مکہ مکرمہ میں جمع ہوتے ہیں۔ اس سے متعلق تقریباً تمام رسوم و عبادات بالکل کھلے اور لق و دق میدان میں کی جاتی ہیں۔ اور وہاں تنگی، بندش اور دم گھٹنے کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا۔

اسلامی عبادت گاہوں کو ایک اور امتیاز اور خصوصیت حاصل ہے، جو دوسرے مذاہب کے عبادت خانوں میں نہیں پائی جاتی۔ پاکیزگی، طہارت وضو وغیرہ اسلامی عبادت کے لیے ایسے لوازمات ہیں جن کے بغیر نماز ہو ہی نہیں سکتی۔ اس پر پہلے بحث ہو چکی ہے۔ اس مقصد کے لیے عبادت سے متعلقہ حصہ سے الگ مگر اس سے ملحق ہر مسجد میں غسل خانے، سقاوے، پیشاب خانے وغیرہ طہارت، وضو اور غسل کے واسطے بنے ہوتے ہیں۔ اور ہر نمازی بالخصوص کم استطاعت لوگ جو اپنے گھروں میں غسل خانے تعمیر نہیں کرا سکتے یا مناسب مقدار میں پانی کا انتظام نہیں کر سکتے اور مسافران سے بڑا فائدہ اُٹھاتے ہیں۔

شہروں کی مساجد میں تو اس قسم کا انتظام ہوا ہی کرتا ہے، صحرائی علاقوں کے دیہات میں بھی دیکھنے میں آتا ہے، جہاں قلتِ آب کے باعث لوگوں کو سخت مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے، کہ مساجد میں کافی مقدار پانی کی موجود رہتی ہے۔ اس غرض سے کوئی خادم مقرر ہوتا ہے، یا خود دیہاتی مرد، عورتیں اور بچے رضا کارانہ طور پر مسجد میں پانی کی بہم رسانی کا انتظام کرتے ہیں۔ پھر موسم کے مطابق ٹھنڈا یا گرم پانی بھی نمازیوں کو مل جاتا ہے۔ سردیوں میں گرم پانی کے واسطے دیہاتی جنگل سے گھاس پھوس اکٹھا کر لاتے ہیں اور سقاووں کے نیچے جلا دیا کرتے ہیں، تاکہ نمازیوں کو سردی میں وضو یا غسل کرنے میں کوئی تکلیف نہ ہو۔ گویا مساجد اسلامی آبادیوں میں نہ صرف روحانی پاکیزگی حاصل کرنے کے مراکز ہوتے ہیں بلکہ جسمانی طہارت و صفائی حاصل کرنے کا بھی ذریعہ ہوتی ہیں۔

لباس کی پاکیزگی اور صفائی کے سلسلے میں ذکر آ چکا ہے کہ قرآنِ کریم میں ارشاد ہے ''جب تم کسی مسجد میں جاؤ تو زینت اختیار کرو۔'' متعلقہ آیات کے لفظی معنی ہیں: ''اے نوعِ انسان! ہر مقامِ عبادت پر اپنی زینت اختیار کرو۔ اور کھاؤ پیو کیونکہ اللہ تعالیٰ حد سے بڑھنے والوں کو پسند نہیں فرماتا۔''[1]

---

(۱) اعراف، ۳، ع۔

یہاں ایک ہی فقرہ میں قیامِ صحت اور لباس اور ہر قسم کی عبادت گاہ (مسجد، جامع مسجد، عید گاہ، مقامِ حج) کی صفائی و پاکیزگی کے اصول بیان کر دیئے گئے ہیں۔ لفظ زینت جو قرآن کریم میں آیا ہے، اس میں ہر قسم کی صفائی و پاکیزگی، خواہ جسم ولباس سے تعلق رکھتی ہو، یا عبادت گاہ سے، شامل ہے۔ اعلیٰ سے اعلیٰ کسی نے لباس پہن رکھا ہو مگر اس پر کہیں ذرا سی نجاست لگی ہو تو وہ پہننے والے کی زینت میں شمار نہ ہوگا۔ مگر پھٹے پرانے کپڑے جو نہایت صاف ستھرے اور اجلے ہوں، پہننے والے کی زینت کا باعث ہوں گے۔ اسی طرح خوب رُو اور خوش وضع انسان غلاظت سے لتھڑا ہوا ہو تو وہ اس کی خوب رُوئی برباد کر دے گی۔ عالیشان خوش نما عمارت بغیر مناسب صفائی کے اپنی شان اور خوبصورتی کھو دیتی ہے۔

عبادت خانوں میں خوشبوئیں چھڑکنا یا جلانا اور ان میں عبادت گزاروں کا اپنے جسم اور لباس پر خوشبو لگا کر آنا ان کی زینت دوبالا کر دیتا ہے۔

یہاں ایک سوال پیدا ہوتا ہے کہ مساجد یا عبادت گزاروں کی زینت سے کھانے پینے اور اس میں اسراف کا آپس میں کیا تعلق ہے؟ یہاں ان کا یک جائی ذکر کچھ بے جوڑ اور عجیب سا معلوم ہوتا ہے۔ لیکن ذرا غور کرنے سے یہ شبہ دُور ہو جاتا ہے۔ کھانے پینے میں اسراف کا ذکر کر کے نہایت لطیف پیرائے میں مساجد کے حقیقی اور مکمل صفائی و پاکیزگی کے قیام کی تاکید کی گئی ہے۔

اسلام میں حلال اور پاکیزہ غذائیں کھانے کی سخت تاکید ہے، جیسا کہ آگے چل کر بیان کیا جائے گا۔ لیکن عمدہ اور لذیذ غذا اگر ٹھونس کر کھائی جائے اور بسیار خوری کا ارتکاب کیا جائے جو اسلام میں نہایت ناپسندیدہ فعل ہے تو سوءِ ہضمی کا احتمال ہوتا ہے۔ ہوا کا غیر معمولی اخراج شروع ہو جاتا ہے اور کھٹے ڈکار آنے لگتے ہیں۔ کہنے کو تو یہ معمولی سی بات ہے، لیکن جیسا کہ وضو پر بحث کرتے ہوئے بیان کیا گیا ہے، یہ معمولی سی حرکت سارے مجمع میں سخت تعفن پھیلا کر عبادت خانے اور عبادت گزاروں کی ساری زینت خاک میں ملا دیتی ہے۔ قرآنِ کریم اگر ایک جانب مساجد کی صفائی اور ان میں داخل ہونے والوں کی زینت پر زور دیتا ہے تو دوسری جانب اس صفائی اور زینت کے برباد کرنے والے افعال کے ارتکاب سے بھی سختی سے روکتا ہے۔ حدیث میں حدثِ اصغر یعنی اخراجِ ریح کا مسجد میں واقع ہونا، دوسروں کے لیے

موجبِ اذیت قرار دیا گیا ہے۔[1]

مساجد کی صفائی کی رسولِ کریم ﷺ بڑی تاکید فرمایا کرتے تھے۔ ایک مرتبہ حضورؐ نے مسجد کی دیوار پر تھوک دیکھا تو سخت ناپسندیدگی کا اظہار فرمایا۔ لکڑی یا ٹھیکری لے کر اسے اپنے دستِ مبارک سے کھرچ دیا۔ پھر ایک کپڑے کا کونہ لے کر فرمایا ''اس طرح تھوکنا چاہیے۔'' اس کپڑے میں اس طرح تھوکا جس طرح آج کل رومال میں تھوکا کرتے ہیں۔ پھر کسی نے اس صاف کیے ہوئے مقام پر خوشبو لگا دی تو حضورؐ بہت خوش ہوئے۔[2] ایک صحابی نے جو نماز میں امام تھے، عین نماز میں تھوک دیا، فرمایا: ''یہ شخص اب نماز نہ پڑھایا کرے۔''[3] بالعموم فرمایا کرتے، ''مسجد کی دیواروں، فرشوں، سیڑھیوں وغیرہ پر تھوکنا نہیں چاہیے۔''[4]

جمعہ کے دن مسجد میں انگیٹھیاں جلانے کا حضورؐ حکم دیا کرتے، جن میں اگر اور کبھی کافور بھی جلایا جاتا۔[5]

ایک حبشی بڑھیا مسجد میں جھاڑو دیا کرتی تھی۔ وہ فوت ہوگئی۔ لوگوں نے دفن کر دی۔ حضور ﷺ کو بعد میں علم ہوا تو فرمایا: ''ہمیں بتا دیا ہوتا، اس کا جنازہ پڑھتے۔'' پھر حضورؐ اس کی قبر پر تشریف لے گئے اور اس کا قبر پر جنازہ پڑھا۔[6] اس واقعہ سے ظاہر ہے کہ مسجد کی صفائی کرنے والوں کی حضورؐ کی نگاہ میں کتنی قدر تھی۔

جیسا کہ عرض کیا جا چکا ہے کہ مسجد میں اخراجِ ریح کو دوسروں کے لیے موجبِ اذیت قرار دیا گیا ہے، اس کے ساتھ حدثِ اصغر سے وضو کے قیام کی حد مقرر کر کے اسلام نے عبادت گاہوں کی فضا کو پاک و صاف رکھنے کا عجیب، نرالا اور نہایت کارگر طریق تجویز کیا ہے۔

پھر حضور ﷺ نے بڑی تاکید فرمائی کہ کوئی نمازی لہسن یا کچا پیاز کھا کر مسجد میں نہ آیا کرے۔ اور نہ ہی لباس اور جسم پر کوئی ایسی بدبودار چیز لگا کر آئے جس کے تعفن سے دوسروں کو تکلیف پہنچے۔[7]

---

(۱) صحیح بخاری، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۱۳۶۔

(۲) صحیح بخاری، کتاب الصلوٰۃ، حدیث نمبر ۳۹۵ تا ۴۰۵۔

(۳) نسائی، کتاب المساجد و مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۶۸۰۔

(۴) مشکوٰۃ، کتاب المساجد۔

(۵) نسائی، مطبوعہ نظامی دہلی، باب البخور، ص ۷۶۴۔

(۶) صحیح بخاری، کتاب الصلوٰۃ، حدیث نمبر ۴۴۴۔

(۷) تجرید، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۴۵۱۔

ان واقعات سے قرآنِ کریم اور رسولِ کریم ﷺ کے ارشادات سے عیاں ہے کہ صرف اسلام ہی ایسا مذہب ہے اور صرف محمد ﷺ ہی ایسے مذہبی مقتدا ہیں جنہوں نے اجتماعی عبادات اور مذہبی تقاریب کے مناسبِ حال، نہایت موزوں، مفید اور کارآمد حفظانِ صحت کے اصول کے عین مطابق تاکیدی ہدایات دی ہیں، جن کا عبادت گاہوں اور مکانوں کی تعمیر پر بین اثر پڑا ہے۔

(۹)

خور و نوش

اللہ تعالیٰ نے انسان کی زندگی کا انحصار ہوا اور روشنی کے علاوہ غذا پر بھی رکھا ہے۔ اس کی پاکیزگی یا پلیدی سے انسانی صحت بنتی یا بگڑتی ہے۔ اسلام نے انسانی زندگی کے اس پہلو کو بڑی اہمیت دی ہے اور اس کی نسبت بڑی تفصیلی ہدایات دی ہیں۔

اسلامی اور موسوی شریعتوں کے سوا کسی دوسری شریعت میں انسانی خور و نوش سے متعلق کوئی خاص احکام نہیں پائے جاتے۔ تورات میں بھی یہ تفاصیل تو ہیں کہ کن کن جانوروں کا گوشت کھانا جائز اور کن کن کا ناجائز ہے۔ لیکن اس تفریق کی حکمت بیان نہیں کی گئی اور نہ ہی گوشت کے علاوہ دوسری ماکولات و مشروبات سے متعلق وہ کتاب کوئی رہنمائی کرتی ہے۔ ایسے ہی اس میں استثنائی حالات اور اضطراری صورت کے لیے کوئی ہدایت یا رعایت نہیں دی گئی ہے۔

نشہ آور اشیاء بالخصوص شراب کی تورات میں ممانعت نہیں ہے، بلکہ سلاطین ۲۲:۱۸ میں ارضِ موعودہ و مقدسہ فلسطین کی تعریف کرتے ہوئے اسے سرزمینِ مے اور انگور بیان کیا گیا ہے۔ جابجا اس میں اس کے استعمال کا تذکرہ ہے اور بعض انبیاء کی نسبت اس میں مذکور ہے کہ وہ شراب پی پی کر مدہوش ہو جایا کرتے تھے۔

اسلام نے انسان کے لیے کھانے پینے کی چیزوں کی حلال (جائز) اور حرام (ناجائز) میں تقسیم کر کے ان کے استعمال کرنے یا نہ کرنے کے اصول و حکمت بیان کر کے حفظانِ صحت کے اصول میں بہت بڑا اضافہ کیا ہے اور بالکل نئے نظریے پیش کیے ہیں۔

یہ بات مسلمہ ہے اور علمِ طب اس کی تائید کرتا ہے کہ اشیائے خوردونوش اپنی

خاصیات و تاثیرات کے لحاظ سے نہ صرف صحت پر اثر انداز ہوتی ہیں، بلکہ انسان کے اخلاق بھی ان کے کھانے پینے سے متاثر ہوتے ہیں۔ اور یہ اثر ان کے فائدہ یا ضرر کی کمی بیشی کی نسبت پیدا ہوتا ہے۔ بعض چیزیں کھائی یا پی جائیں تو وہ زیادہ نقصان پہنچاتی ہیں اور فائدہ کم۔ بعض اس کے برعکس ہوتی ہیں۔ لیکن اس کے ساتھ یہ بات بھی ہے کہ مضر اشیاء اگر بالکل تھوڑی مقدار میں کھائی جائیں تو بعض حالات میں بڑی مفید ثابت ہوتی ہیں۔ اور بعض مفید اشیاء اگر مناسب مقدار سے زیادہ استعمال کر لی جائیں تو بجائے فائدہ کے نقصان پہنچاتی ہیں۔

مثلاً زہریں ایک خاص مقدار میں بطور دوا کے کسی مرض میں کھلائی جائیں تو بڑی مفید ثابت ہوتی ہیں اور مقررہ مقدار سے بڑھ جائیں تو مہلک ثابت ہوتی ہیں۔ شراب طاقت دیتی ہے۔ شدید سردی میں بدن میں قوت پیدا کر کے شدتِ موسم کا مقابلہ کرنے کی قوت پیدا کرتی ہے۔ لیکن دل و دماغ اور اخلاق بگاڑ دیتی ہے۔ معمولی کھانا پینا قیامِ صحت کے لیے ضروری ہوتا ہے۔ لیکن مناسب مقدار سے زیادہ کھا پی لیا جائے تو صحت کو بگاڑ دیتا ہے۔

جوزف کریڈ نے اپنی تصنیف ٹریڈرز ان وومن (بردہ فروشانِ صنفِ نازک) مطبوعہ لندن ۱۹۳۹ء میں ایک جڑی بوٹی کا ذکر کیا ہے جو تمباکو کی طرح سگرٹ بنا کر پی جاتی ہے۔ یہ پینے والے میں قوت و جوش پیدا کر دیتی ہے۔ لیکن اس کا دماغ اس سے ایسا متاثر ہوتا ہے کہ وہ کسی کو قتل کر دینے کے لیے بے چین ہو جاتا ہے۔ بدمعاش ناواقف آدمی کو پلا کر اس سے ارتکابِ قتل کراتے ہیں۔

اس طرح سُؤر، جو عربی کے دو لفظوں سُؤ (بُرا) اور اَر (میں دیکھتا ہوں) سے مرکب ہے، کے نام سے ہی برائی ظاہر ہے۔ دنیا کی بہت سی قومیں اسے کھایا کرتی ہیں۔ اس کا گوشت طاقت دیتا ہے۔ لیکن بعض امراض پیدا کرتا ہے، اور دیوّثی جو اس جانور کا خاصہ ہے، کھانے والے میں پیدا کر دیتا ہے۔

اشیائے خورونوش کے ان مفادات و مضرات کے پیشِ نظر اسلام نے ان کی حلال و حرام میں تقسیم کی ہے۔ مگر اس تقسیم سے متعلق احکام کی شدت کے باوجود قیامِ صحت و حفاظتِ جان کے لیے ان میں ایک لچک بھی رکھی گئی ہے۔ اور ان کی حلت و حُرمت یا جواز وغیرہ میں ایسے پُرحکمت اصول کارفرما ہیں، جن کی کسی دوسری تعلیم میں نظیر نہیں ملتی۔

جس طرح ایک سمجھدار طبیب بوقتِ ضرورت خطرناک زہروں سے کام لے کر ایک مریض کو فائدہ پہنچاتا اور اس کی جان بچاتا ہے، اسی طرح اسلام حرام اشیاء کے نقصانات بتا کر بحالتِ مجبوری و اضطرار ان سے فائدہ اُٹھانے کی اجازت بھی دیتا ہے۔ اگر اسلام میں حرام اشیاء کی نسبت احکام میں لچک نہ رکھی جاتی اور حلال اشیاء کے استعمال پر پابندیاں عائد نہ کی جاتیں تو حلال وحرام کی تقسیم بالکل بے معنی ثابت ہوتی۔

شراب اور جوئے کے عدم جواز اور حرام ہونے کا حکم دیتے ہوئے قرآنِ کریم میں نہایت پُرحکمت طریق سے انسانی عقل کو ان سے مجتنب رہنے کی اپیل کی ہے۔ فرمایا: ''جوئے اور شراب میں نقصانات بہت ہیں اور لوگوں کے لیے فائدے بھی ہیں اور ان کے نقصان ان کے فائدے سے بہت زیادہ ہیں[1]۔'' ایک عقل مند ہمیشہ ایسی چیز یا فعل سے بچتا ہے جس میں فائدہ کی نسبت نقصان پہنچنے کا زیادہ احتمال ہو۔

اسلام میں سُؤر کا گوشت کھانا سخت منع ہے، اور اس سے مسلمانوں کی شدید نفرت مسلّمہ ہے۔ لیکن اس کے باوجود قرآنِ کریم میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے، انتہائی بھوک کے باعث جان پر بنی ہو اور اس کے کھانے کے سوا کوئی چارہ نہ ہو تو اتنی مقدار میں اس کا کھا لینا جائز ہے جس سے جان بچ جائے[2]۔'' اسی طرح کسی مریض کے لیے بجز شراب یا کسی اور نشّی چیز کے اور دوا تجویز نہ کی جا سکے تو معالج کے مشورہ کے ماتحت اس کا استعمال جائز ہوگا۔

پھر یہ امر بھی یاد رکھنا چاہیے کہ حلال اشیاء کے استعمال کی نسبت کھلی چھٹی نہیں دی گئی، بلکہ ان کی نوعیت اور ان کے کھانے کی مقدار پر کڑی پابندیاں عائد کی گئی ہیں۔

کسی کھانے پینے والی چیز کا محض حلال ہونا کافی نہیں ہے۔ اس کے ساتھ اس کا طیّب یا پاکیزہ اور صاف ہونا ضروری اور لازمی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ قرآنِ کریم میں جہاں کہیں حلال چیزوں کا ذکر آتا ہے، وہاں طیّبات (پاکیزہ اشیاء) کا لفظ بھی آتا ہے۔ ایک چیز حلال ہوتے ہوئے بھی طیّب یا پاکیزہ اور کھانے پینے کے قابل نہیں ہو سکتی۔ مثلاً حلال جانور کا گوشت، پھل میوے، کھانا وغیرہ بلکہ پانی بھی سڑ جائیں تو وہ طیّب ہرگز نہیں رہتے اور ان کا

---

(۱) بقرہ، ۲۷ع۔

(۲) بقرہ، ۲۱ع و مائدہ ۱ع۔

استعمال یقیناً مضرِ صحت ہوتا ہے۔

اسی طرح حلال جانور کا گوشت طیّب ہونے کی صورت میں کھایا جا سکتا ہے، لیکن اس کا خون حرام ہوتا ہے۔ خواہ اسے پیا جائے یا اس کی شکل تبدیل کر کے کھایا جائے۔[1] اسی لیے حلال جانوروں کے ذبح کرنے کا ایسا طریق اسلامی شریعت میں تجویز کیا گیا ہے جس سے ان کے جسم سے ذبح کرتے ہوئے سارا خون خارج ہو جاتا ہے۔ اگر اس کے بدن میں خون رہ جائے تو گوشت جلد ہی سڑنا شروع ہو جاتا ہے۔ اور خون نکلے ہوئے اور بغیر خون نکلے ہوئے پکائے ہوئے گوشت کے ذائقہ میں بیّن فرق ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کسی بیماری سے یا گر کر، لاٹھی پتھر وغیرہ کی ضرب سے مرنے والے یا درندے کے پھاڑنے سے ہلاک ہونے والے حلال جانور کا گوشت حرام قرار دیا گیا ہے۔[2]

سوائے یہودیوں کے کوئی اور قوم مسلمانوں کی طرح جانور ذبح نہیں کرتی۔ یورپین تو بجلی کے جھٹکے یا کسی اور طریق سے بدن کا خون نکالے بغیر اسے ہلاک کر دیتے ہیں اور خون بطور غذا مختلف شکلوں میں استعمال کرتے ہیں۔ طبّی لحاظ سے خون میں کئی زہریلے مواد ہوتے ہیں جو صحت کے لیے مضر ہوتے ہیں۔

قرآن کریم میں فرمایا: ''اے ایمان والو! اُن پاکیزہ چیزوں کو جو اللہ تعالیٰ نے حلال قرار دی ہیں، حرام قرار نہ دو۔ اور حد سے تجاوز نہ کرو۔ اللہ تعالیٰ حد سے بڑھنے والوں کو پسند نہیں فرماتا اور جو کچھ تمہیں اللہ تعالیٰ نے دیا ہے، اس میں سے حلال اور طیّب چیزیں کھاؤ۔[3] عام طور پر حلال کو حرام قرار دینے سے یہ مراد لی جاتی ہے کہ جو چیزیں مثلاً بعض گوشت، پھل میوے اللہ تعالیٰ کہتا ہے حلال ہیں، اُنہیں خود فیصلہ کر کے حرام قرار نہ دو۔ لیکن اگر غور کیا جائے تو ان الفاظ کے یہ معانی بھی ہو سکتے ہیں کہ حلال اور طیّب چیز کی ہیئت بدل کر اسے حرام اور ناپاک کر کے نہ کھاؤ۔ مثلاً انگور، میوے، اناج حلال اور طیّب ہیں، لیکن انہیں سڑا کر اور ان کا خمیر اُٹھا کر ان کی شراب بنا لینا۔ حلال جانور کا گوشت سڑا کر یا اسے مناسب طریقہ سے ذبح نہ کر کے کھانا حلال چیز کو حرام اور ناپاک کر کے کھانے اور حد سے تجاوز کرنے کے مترادف ہے۔

یہاں یہ بتا دینا دلچسپی سے خالی نہ ہوگا کہ ٹھوس غذاؤں میں سب سے زیادہ صحت اور

---

(۱) مائدہ، ا ع۔ (۲) مائدہ، ا ع۔ (۳) مائدہ، ۱۲ ع۔

انسانی بدن میں طاقت وقوت پیدا کرنے والی غذا انسانی تجربہ میں گوشت ہے۔ جو اقوام اسے ترک کر کے صرف سبزیوں، دالوں وغیرہ پر گزارا کرتی ہیں، ان میں بہت حد تک بزدلی پائی جاتی ہے۔ ایسی غذا کھانے والوں کے جسم تو پھول جاتے ہیں، لیکن طاقت بالعموم کم ہوتی ہے۔

گوشت کی مختلف اقسام میں سے پرندوں کا گوشت اور مچھلی سب سے زیادہ مفید ہوتے ہیں۔ قرآنِ کریم میں سمندر اور دوسرے پانیوں سے پکڑے جانے والے شکار اور عام گوشت کو نہایت پسندیدہ غذا قرار دیا گیا ہے[۱]۔ اور بہشت کی نعمتوں میں سے پرندوں کے گوشت کی بڑی تعریف کی گئی ہے[۲]۔ نیز قرآنِ کریم، احادیث اور کتبِ فقہ میں حلال وحرام کے مسائل زیادہ تر گوشت سے متعلق ہیں، جس سے ظاہر ہے کہ اسلام میں انسانی خوراک کا اہم اور بہترین جزو گوشت تسلیم کیا گیا ہے۔

کم خوری:

اسلام نے کھانے پینے والی حلال چیزوں کے طیّب ہونے کی شرط کے ساتھ ان کے کھانے کی مقدار پر بھی بعض پابندیاں عائد کر دی ہیں۔ ان سے متعلق قرآنِ کریم میں بیان کردہ عام اصول تو یہ ہیں: ''کھاؤ پیو، مگر اسراف نہ کرو۔ اللہ تعالیٰ اسراف کرنے والوں کو پسند نہیں فرماتا[۳]۔'' اور ''فضول خرچی نہ کرو، فضول خرچی کرنے والے شیطانوں (ہلاک ہونے والوں) کے بھائی ہوتے ہیں[۴]۔'' لیکن ان کی تفصیل کا رسولِ کریم ﷺ کی عملی زندگی سے پتہ چلتا ہے۔

حضور ﷺ خوردونوش کے معاملہ میں ساری عمر سادگی اور کم خوری پر عمل فرماتے رہے۔ اور اسی پر زور دیتے رہے۔ عمر بھر حضورؐ نے متواتر تین روز کھانا پیٹ بھر کر نہیں کھایا تھا[۵]۔ حکومت حاصل ہونے پر بھی حضورؐ کا یہی معمول رہا۔ اپنے اہلِ بیت اور صحابہ کو بھی اس کا خوگر بنا دیا۔ فرمایا کرتے: ''بہت کھانے سے، اللہ کی پناہ مانگو[۶]۔'' بھوک سے زیادہ کھانے والے کو اللہ پسند نہیں فرماتا[۷]۔'' ''اناپ شناب کھانا بُری بات ہے[۸]۔''

---

(۱) مائدہ، ۱۳، ع۔ (۲) واقعہ، ۱ع۔ (۳) اعراف، ۳، ع۔ (۴) اسرائیل، ۳، ع۔
(۵) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۱۰۷۔ (۶) استعیذوا باللہ من الرغب۔
(۷) ان اللہ یبغض الاکل فوق شبعہ۔ (۸) مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۲۹۸۲۔

حضورؐ کا ایک ارشاد قابلِ غور ہے۔فرمایا: ''کھانا اتنا کھایا جائے کہ ایک دو نوالوں کی بھوک رہ جائے۔''[۱] یہ طریقہ اختیار کرنے سے خوراک خوب ہضم ہو کر بدن میں خون اور قوت پیدا کرتی ہے۔معدہ زیادہ بھر لیا جائے تو اس کی رطوبت کھانے کے ہضم کرنے کے لیے ناکافی ثابت ہوتی ہیں۔نتیجہ سوءِ ہضمی ہوتا ہے۔اور غذا بجائے قوت پیدا کرنے کے بدن میں کمزوری پیدا کرتی ہے۔

ایک مرتبہ ایک شخص نے حضورؐ کے سامنے ڈکار لیا جو بالعموم زیادہ کھانا کھانے کے باعث پیدا ہوتا ہے۔فرمایا: ''پیٹ میں ایک حصہ کھانا، ایک حصہ پانی ہونا چاہیے، اور ایک حصہ سانس لینے کے لیے چھوڑنا چاہیے۔''[۲] کتنا سیدھا سادہ نہایت سہل طریق حضورؐ نے تجویز فرمایا ہے۔طبّی نقطۂ نگاہ سے یہ نہایت مفید مختلف امراض کے لیے بطور حفظِ ماتقدم کام دیتا ہے۔

آپ ایک معمولی سا تجربہ کر کے دیکھیں۔ایک بوتل عام کھانے کی مختلف چیزوں سے ٹھونس کر بھر دیں اور اوپر اس کے جتنا پانی آ سکے ڈال دیں۔اور خوب کس کر کارک لگا دیں۔کچھ عرصہ بعد خمیر اُٹھنا شروع ہوگا۔بخارات کے زور سے یا تو کارک پھٹ سے اُڑ جائے گا یا بوتل تڑاخ سے پھٹ جائے گی۔

یہی حال معدے میں کھانا ٹھونسنے کا ہوتا ہے۔بوتل میں تو پہلے سے کوئی حدت یا رطوبت موجود نہیں ہوتی لیکن معدے میں قدرتی گرمی اور مختلف قسم کی رطوبتیں موجود ہوتی ہیں، جن سے مل کر غذا میں فوراً ہی عملِ تخمیر شروع ہو جاتا ہے۔فمِ معدہ تک کھانا بھرا ہوا ہو تو یہ عمل زیادہ شدت اور تیزی سے شروع ہو جاتا ہے، جس کے نتیجہ میں کھٹے ڈکار آنے اور اخراجِ ریح ہونے لگتی ہے، جس سے آس پاس کی فضا متعفن ہو جاتی ہے۔بعض دفعہ ایسے بسیار خور کو قے، اسہال، ہیضہ یا کوئی اور مرض لاحق ہو جاتا ہے۔

دواؤں سے بھری جانے والی بوتلوں میں حسبِ ضرورت منہ سے نیچے خلا چھوڑا جاتا ہے تاکہ اگر دوا سے بخارات اُٹھیں تو نقصان نہ پہنچائیں۔اسی طرح فمِ معدہ اور کھانے اور پانی کے درمیان سانس کے لیے خلا ہونا چاہیے۔پیٹ ٹھونس کر بھرا ہوا ہو تو سانس بھی رُک کر آتا

---

(۱) بخاری، کتاب الاطعمہ۔

(۲) ترمذی، ابواب الاشربہ، جلد ثانی، ص ۶۰۔

ہے۔ کیونکہ پھیپھڑے پر معدے کے بھرے ہونے کے باعث دباؤ پڑتا ہے۔

دُنیا کی قوموں میں الگ الگ رواج ہیں۔ یورپین اقوام کی مجالس میں ڈکار لینا معیوب خیال کیا جاتا ہے۔ مگر اخراجِ ریح میں کوئی مضائقہ نہیں ہوتا۔ بعض ایشیائی اقوام ڈکار لینا بُرا نہیں سمجھتیں، مگر اخراجِ ریح کو ناپسند کرتی ہیں۔ حالانکہ دونوں بسیار خوری کا نتیجہ ہوتے اور تعفن پیدا کرتے ہیں، اور صحت و صفائی کے خلاف ہیں۔ اسلام میں دونوں معیوب اور ناپسندیدہ فعل ہیں۔

رومیوں میں دعوتوں پر بسیار خوری کا بہت رواج تھا۔ لوگ کھا کھا کر قے کر دیتے۔ پھر کھاتے، پھر قے کرتے۔ پھر کھاتے اور اس طرح زبان کے چسکے کے لیے بار بار یہ حرکت کیا کرتے۔ میں نے خود ایک ایسا آدمی دیکھا جو اس شنیع فعل کا ارتکاب کیا کرتا تھا۔

مغربی ممالک بالخصوص امریکہ میں آج کل بسیار خوری حکومتوں اور ڈاکٹروں کے لیے ایک مسئلہ لاینحل بن کر رہ گیا ہے۔ زیادہ اور اعلیٰ غذا کھانے کے باعث بچے خوب موٹے تازے ہو کر جلد ہی بلوغت کو پہنچ جاتے ہیں۔ اور یہ کم عمری کا موجب ہوتا ہے۔ اس کے ساتھ ان ممالک میں بالعموم بلوغت کی عمر قانوناً کم و بیش اکیس برس ہے۔ پندرہ سولہ بلکہ دس سالہ بچے جیسا کہ ان کے اخبارات، عدلیہ کی رپورٹوں، مجالس قانون ساز میں سیاسی رہنماؤں کی تقاریر اور مباحث سے پتہ چلتا ہے، اس قسم کے جنسی افعالِ شنیعہ کے مرتکب ہوتے ہیں اور ایسی جنسی امراض میں مبتلا ہو جاتے ہیں کہ ان کے ذکر سے بھی ان کے شرفا کے سر ندامت سے جھک جاتے ہیں۔ پھر آسودہ حال بسیار خوروں کے مخصوص امراض مثلاً گردے، پتے کی پتھری، ذیابیطس، ورمِ جگر وغیرہ عام طور پر ان لوگوں میں پھیلے ہوئے ہیں۔

سر ظفر اللہ خاں نائب صدر بین الاقوامی عدالت ہیگ نے اپنی ایک تقریر میں جو میں نے خود سنی، کہا: یو۔ایس امریکہ میں اتنی خوراک ضائع کی جاتی ہے کہ دیکھ کر حیرت ہوتی ہے۔ ہوٹلوں میں چائے اور کھانے میں اشیائے خورد و نوش اتنی مقدار میں دی جاتی ہیں کہ کھانے والا خوب سیر ہو کر بھی بہت بڑا حصہ اس کا بچا دیتا ہے جو کسی کام میں نہیں لایا جاتا، بلکہ کوڑے کرکٹ میں پھینک دیا جاتا ہے۔ اگر اس طرح روزانہ ضائع کی جانے والی خوراک اس ملک کی بچالی جائے تو وہ انگلستان کی ساری آبادی کے لیے روزانہ کافی ہو۔

احمد شاہ بخاری مرحوم نے جو یو۔این۔او کے نائب سیکرٹری تھے اور امریکہ میں مدت تک بحیثیت نمائندۂ پاکستان ان کا قیام رہا، اپنے ایک مکتوب میں لکھا: ''یہاں روپے اور سامان کی بہتات ہے۔ جتنا کھا سکتے ہیں، اس سے دس گنا پھینک دیتے ہیں[1]۔''

ہندوؤں میں مل کر کھانا یا کسی دوسرے انسان کا خواہ اپنے قریبی عزیز کا ہی بچا ہوا ہو، کھانا نہایت معیوب سمجھا جاتا ہے۔ کلکتہ اور بنگال کے ۱۹۴۳ء کے قحط میں، مَیں نے خود دیکھا کہ آسودہ حال لوگ روزانہ اپنا بچا ہوا کھانا نالیوں میں اور کوڑے کرکٹ کے ڈھیروں پر پھینک دیتے جس کی مقدار سارے کلکتہ میں ہزاروں من سے کیا کم ہوگی۔ اُدھر قحط زدہ ننگے دھڑ ننگے دیہاتی اور شہری گلی کوچوں، سڑکوں کی پٹریوں اور ریلوے سٹیشنوں پر ہزاروں کی تعداد میں بھوک سے ایڑیاں رگڑ رگڑ کر کتے بلیوں کی طرح مر رہے تھے۔ یہ نظارہ دیکھا نہیں جا سکتا تھا۔

اسلام میں بسیار خوری اگر منع ہے تو اعلیٰ سے اعلیٰ حلال اور طیب غذا کے مناسب مقدار میں کھانے سے جس کی انسان استطاعت رکھتا ہو، اسلام نہیں روکتا۔ اسلام نفس کشی اور رہبانیت کی تعلیم نہیں دیتا۔ حضرت بانیِ اسلام علیہ التحیۃ والسلام بہترین سے بہترین حلال وطیّب غذا جب بھی آپ کو میسر آتی، بطیّب خاطر کھایا پیا کرتے۔ لیکن بسیار خوری سے ہمیشہ پرہیز فرماتے۔ اور جس طرح آپؐ کے لباس میں سادگی تھی، اسی طرح خوراک بالعموم بہت سادہ ہوا کرتی تھی۔ علاوہ ازیں حضورؐ کسی خوراک کے پابند نہ تھے۔ جو بھی حلال وطیب غذا، دودھ، پھل، روٹی، ستو وغیرہ وقت پر میسر آتا بطیّب خاطر کھاتے یا نوش فرماتے[2]۔ مگر ہمیشہ سادہ زندگی بسر کرنے کی تاکید فرماتے۔

حضورؐ نے فرمایا معدہ بدن کا حوض ہے اور رگیں اس کی نالیاں ہیں۔ اگر معدہ صحیح ہو تو رگیں صحت پر رہتی ہیں۔ معدہ فاسد ہو جائے تو رگیں بھی بیمار ہو جاتی ہیں۔ (مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۲۹۳)۔ نیز فرمایا کافر سات آنتوں سے کھاتا ہے (یعنی بہت کھاتا ہے) اور مومن ایک آنت سے یعنی کم خور ہوتا ہے۔ بالفاظ دیگر حضور صلعم نے مسلمان کے لیے کم خوری کو جزوِ ایمان قرار دیا ہے۔ (مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۳۹۲۵)

---

(۱) نوائے وقت، لاہور۔

(۲) تجرید بخاری، کتاب الاطعمہ، حصہ دوم، حدیث نمبر ۲۰۷ تا ۲۱۷، نیز ملاحظہ ہوں شمائل ترمذی۔

زیادہ کھانے سے ریح پیدا ہوتی ہے۔(مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۳۹۴۴)

ہر ملک میں ماحول کے مطابق ایک خاص غذا تجویز کی جاتی ہے۔ اس کی سختی سے پابندی بھی صحت پر اثر انداز ہوتی ہے۔ خاص قسم کی غذا بعض دفعہ دستیاب نہیں ہوسکتی اور اس کے عادی کو بڑی مشکلات پیش آتی ہیں۔ تقسیمِ ہند کے فسادات میں، مَیں نے دیکھا کہ بعض لوگ چائے کے نہ ملنے کی وجہ سے سخت پریشان نظر آتے تھے، حالانکہ اس وقت روٹی کا سوکھا ٹکڑا میسر آنا بڑی بات تھی۔ کئی کئی دن فاقوں میں یا بغیر روٹی کے گزارنے پڑے، بعض بیچارے فاقوں مر گئے۔

حضرت رسولِ کریم ﷺ کا طریقِ خوردونوش کے سلسلہ میں اختیار کیا جائے تو صحت کو کسی قسم کا ضرر یا نقصان پہنچائے بغیر زندگی بڑے آرام سے گزرتی ہے۔ میں نے یہ طریق اختیار کر کے مشکلات کے وقت بڑا فائدہ اُٹھایا ہے۔

کھانے سے متعلق بعض مفید ہدایات:

حضرت رسولِ کریم ﷺ کے کھانے سے متعلق بعض ارشادات ہیں، جن کا یہاں بیان کردینا مناسب ہوگا۔

فرمایا: ''کھانے کے ساتھ سالن استعمال کیا کرو۔ چاہے پانی ہو[1]'' روکھی روٹی مشکل اور دیر سے ہضم ہوتی ہے۔ اور آسانی سے کھائی بھی نہیں جاتی۔ سالن ساتھ ہو، خواہ پانی ہو تو چبائی بھی اچھی طرح جاتی ہے اور جلد ہضم ہو جاتی ہے۔ اسی طرح چاول وغیرہ کے ساتھ شوربا یا دوسرا سالن ضروری ہوتا ہے۔

رات کا کھانا چھوڑ دینے سے بڑھاپا جلد آتا ہے[2] اس کے ترک کر دینے سے کمزوری لاحق ہوتی ہے جو جلد بڑھاپا لاتی ہے۔

فرمایا: بازار میں کھانا کمینہ حرکت ہے[3] اوّل تو بازار میں کھانا بدتمیزی ہے، دوسرے راستے کے گردوغبار سے کھانے والی چیز آلودہ ہو کر موجبِ خرابیِ صحت ہوتی ہے۔

---

(۱) ایتدموا ولو بالماء۔

(۲) ترمذی، جلد دوم، ابواب الاطعمہ، ص ۷۔

(۳) الاکل فی السوق دناءۃ۔

''مٹی کھانا ہر مسلمان پر حرام[1] ہے۔'' عام طور پر بچوں یا عورتوں کو یہ بدعادت پڑ جاتی ہے۔ ایسے بچے اور عورتیں کئی امراض میں مبتلا ہو کر قبل از وقت قبر میں پہنچ جاتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ حضور ﷺ نے سختی سے اس کا کھانا منع فرمایا اور اس کا کھانا حرام قرار دیا۔

حضور ﷺ تکیہ لگا کر کھانا تناول نہیں فرماتے تھے۔[2] اس طرح بیٹھنے سے بدن آرام پاتا ہے۔ نالی جس سے کھانا ہو کر معدے میں پہنچتا ہے، وہ بجائے سیدھا رہنے کے، جیسا کہ سیدھا بیٹھنے میں رہتی ہے، ذرا ٹیڑھی ہو جاتی ہے اور غذا کے گزرنے میں تھوڑی بہت روک پیدا ہو جاتی ہے۔ اور اس کے ساتھ معدہ اور انتڑیوں کو بھی آرام ملتا ہے اور ان میں ایک سستی پیدا ہوتی ہے۔ حالانکہ کھانا کھاتے وقت ان کے کام کرنے کا وقت ہوتا ہے۔ آرام کی حالت میں وہ صحیح طور پر کام نہیں کر سکتے۔ علاوہ ازیں کھانے کا ایسا طریق اختیار کرنے میں تکبر کی بو آتی ہے۔

کھانا حضور ﷺ بڑے وقار سے اور خوب چبا کر تناول فرمایا کرتے تھے اور اسی طریق سے کھانے کا ارشاد فرماتے تھے۔[3]

قیامِ صحت کا ایک بے نظیر طریقہ:

اللہ تعالیٰ نے ہر جاندار کے جسم کا ایک ایسا نظام بنایا ہے کہ جب تک اسے آب و دانہ مناسب مقدار میں بروقت حاصل نہ ہو، اس کی زندگی کا قیام مشکل ہوتا ہے۔ جس نسبت سے اس کی خوراک میں کمی بیشی واقع ہوگی، اسی نسبت سے اس کی صحت متاثر ہوگی۔ ادنیٰ حیوانات تو اپنی خوراک میں اپنے شعور کے ماتحت اعتدال کے پابند رہتے ہیں۔ لیکن انسان اشرف المخلوقات اور ذی عقل ہوتے ہوئے بھی ادنیٰ حیوانات کے طریق کے برعکس حدِ اعتدال سے بالعموم تجاوز کر جاتا ہے۔ اور اپنے بدنی نظام کے بگاڑنے اور اس میں کئی نقائص بالفاظ دیگر امراض پیدا کرنے کا خود باعث ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ دوسرے حیوانات کے امراض انسانی امراض سے کوئی نسبت ہی نہیں رکھتے۔

---

(۱) اکل الطین حرام علیٰ کل مسلم۔

(۲) تجرید حصہ اوّل، حدیث نمبر ۲۰۷ و شمائل ترمذی، ص ۱۰۔

(۳) کتاب الاطعمہ بخاری۔

مگر انسان اپنی خداداد عقل کے ذریعے اپنے امراض کے مقابلہ یا بطور حفظ ماتقدم کئی ذرائع، طریق اور علاج اختیار کرتا ہے۔ ان نقائص وامراض کے لیے سب سے بہتر حفظِ ماتقدم جو وہ اب تک تجویز کر سکا ہے، یہ ہے کہ کبھی کبھی کچھ عرصہ کے واسطے وہ کھانا پینا بند کر کے اپنے معدہ کو جس پر تمام بدن کی صحت وثبات کا انحصار ہوتا ہے، خالی رکھے، تاکہ بھوک سے اس کے موادِ فاسدہ جل کر اسے صاف کر دیں۔ اور پھر وہ اپنا کام صحیح طور پر کر سکے۔

دُنیا کے تقریباً تمام مذاہب اور شریعتوں نے اپنے پیروؤں کے لیے یہی طریق تجویز کیا ہے۔ اسے مذہبی اصطلاح میں روزہ کہتے ہیں۔ ہندو چوبیس گھنٹے کا برت یا روزہ رکھتے ہیں۔ اناج یا آگ پر پکائی ہوئی اشیاء وہ برت میں نہیں کھاتے۔ مگر کچا دودھ، پانی، حقہ وغیرہ پینے میں کچھ مضائقہ نہیں ہوتا۔ زمانۂ حاضرہ کا عیسائی تو صرف گوشت مچھلی یا بعض اور چیزیں ترک کر کے اور دوسری سب چیزیں کھا پی کر اسے روزہ قرار دیتا ہے۔ اسی طرح یہودیوں میں بھی بعض چیزوں کی روزہ میں کھانے پینے کی ممانعت نہیں ہے۔

اسلام میں روزے مسلسل ایک ماہ قمری حساب سے رکھے جاتے ہیں، اور قمری اور شمسی سال میں دس دن کے فرق کے باعث چھتیس سال کے عرصہ میں موسمِ گرما اور موسمِ سرما دونوں میں آ جاتے ہیں۔ اس طرح تقریباً پچاس یا زیادہ سال کی عمر کا مسلمان دونوں موسموں میں روزے رکھنے کا تجربہ کر لیتا ہے۔

ماہِ رمضان کے روزے ہر بالغ، عاقل اور تندرست مسلمان پر فرض ہیں۔ ان کے علاوہ اور روزے بھی اپنی مرضی سے رکھے جاتے ہیں جنہیں نفلی روزے کہتے ہیں۔ اسلامی روزہ پو پھٹنے سے غروبِ آفتاب تک ہوتا ہے۔ اور اس عرصہ میں ہر قسم کا کھانا، پینا، اختلاطِ جنسی بلکہ اس کی مبادیات بھی منع ہیں۔ پان، بیڑی، سگریٹ، حقہ، نُلاس وغیرہ سے پرہیز لازمی ہے۔ کوئی بھی ایسی چیز استعمال کی جائے، روزہ ٹوٹ یا ختم ہو جاتا ہے۔

اس قسم کا روزہ ضبطِ نفس یا اپنے آپ پر قابو پانے کا بے نظیر و بے مثال طریقہ اور ذریعہ ہے۔ نوعمر جب گرمیوں میں پہلے پہل روزہ رکھتے ہیں، جب کہ پیاس کا مقابلہ کرنا بڑی ہمت کی بات ہوتی ہے، وضو کرتے ہوئے کلیاں کرتے ہیں، تو پانی کا ایک قطرہ بھی حلق سے نیچے اترنے نہیں دیتے۔ خاص کر غسل خانے میں جب کہ کوئی انہیں دیکھنے والا نہیں ہوتا، ان کا

پانی سے اجتناب حیرت کا باعث ہوتا ہے۔

علاوہ روحانی اور اخلاقی فوائد کے اسلامی روزہ معدی امراض اور بدن کے گندے مواد کے لیے جھاڑو کا کام دیتا ہے۔ ضبطِ نفس، بھوک اور پیاس کی شدت کے مقابلے کی طاقت پیدا کرتا ہے۔ اور روزہ کھولتے وقت کھانے پینے سے جس طرح ایک روزہ دار لطف اندوز ہوتا ہے، وہ بیان نہیں کیا جا سکتا۔

اطباء اور موجودہ زمانہ کے ڈاکٹر اسلامی طریقِ روزہ داری کی قیامِ صحت کے لیے اہمیت و افادیت کا اعتراف کرتے ہیں، بلکہ بعض امراض میں علاج تجویز کرتے ہوئے اسلامی طریق کا روزہ رکھنے کا مشورہ دیا کرتے ہیں۔

اس سلسلے میں یہ بات یاد رکھنی چاہیے کہ اسلام کسی انسان پر اس کی طاقت سے زیادہ بوجھ ڈالنے کے خلاف ہے۔ بحالتِ صحت و تندرستی روزہ رکھنا ہر بالغ مسلمان پر فرض ہے۔ لیکن بیماری، سفر، بڑھاپے، حمل اور بچے کو دودھ پلانے کے زمانہ میں روزہ رکھنا مناسب نہیں ہوتا کیونکہ اس سے صحت الٹا خراب ہوتی ہے۔ ہاں اس سے وہ امراض مستثنٰی ہوں گی جن میں معالج روزہ بطور علاج تجویز کرے۔ اسی طرح روزانہ روزہ رکھنا منع[1] ہے، کیونکہ یہ طریق روزہ اختیار کرنے سے صحت برباد ہو جاتی ہے۔

یہاں ایک سوال پیدا ہوتا ہے جو اکثر نو تعلیم یافتہ کیا کرتے ہیں۔ قطب شمالی اور جنوبی میں جہاں چھ ماہ کا دن اور چھ ماہ کی رات ہوا کرتی ہے، گویا ایک دن وہاں ہمارے ایک سال کے برابر ہوتا ہے۔ روزہ پو پھٹنے سے غروبِ آفتاب تک حسبِ قواعد مندرجہ قرآنِ کریم رکھنا ایک انسان کی طاقت سے بالا بلکہ اس کے لیے ناممکن ہے۔ اوّل تو ہم بتا چکے ہیں کہ اسلام کسی پر مالا یطاق بوجھ نہیں ڈالتا۔ دوسرے جس طرح وہاں کے رہنے والے اپنے کام کاج، کھانے، پینے، سونے، جاگنے کے اوقات تجویز کرتے ہیں، اسی طرح نماز پڑھنے اور روزہ رکھنے کے لیے بھی کر سکتے ہیں۔ چنانچہ ایک مرتبہ حضور ﷺ نے جب فرمایا کہ یاجوج ماجوج کے زمانہ میں دن ایک سال کا ہوگا، تو صحابہ نے عرض کی۔ کیا ہمیں اس میں ایک دن کی نماز کافی ہوگی۔ فرمایا نہیں تم نماز کے لیے اوقات کا اندازہ لگا لیا کرنا[2]

---

(۱) تجرید بخاری، حصہ اوّل، کتاب الصوم، حدیث نمبر ۹۱۳۔ (۲) مسلم، باب ذکر الدجال۔

روسی ماہر الابدان پروفیسر وی۔این۔نکٹین نے لمبی عمر سے متعلق اپنی ایک اکسیر دوا کے انکشاف کے سلسلہ میں لندن میں ۲۲ر مارچ ۱۹۶۰ء کو بیان دیتے ہوئے کہا کہ اگر ذیل کے تین اصولِ زندگی اپنا لیے جائیں تو بدن کے زہریلے مواد خارج ہوکر بڑھاپا روک دیتے ہیں۔ اوّل، خوب محنت کیا کرو۔ ایک ایسا پیشہ جو انسان کو مشغول رکھے جسم کے رگ و ریشہ میں تروتازگی پیدا کرتا ہے، جس سے خلیے پیدا ہوتے ہیں، بشرطیکہ ایسا شغل ذہنی طور پر بھی قوت بخش ہو۔ اگر تمھیں اپنا کام پسند نہیں تو فوراً ترک کر دینا چاہیے۔ دوئم، کافی ورزش کیا کرو۔ بالخصوص زیادہ چلنا پھرنا چاہیے۔ سوئم، غذا جو تم پسند کرو کھایا کرو، لیکن ہر مہینہ میں کم از کم ایک مرتبہ فاقہ ضرور کیا کرو۔(۱)

حضرت رسولِ کریم ﷺ سال کے ایک ماہ کے مسلسل روزوں کے علاوہ ہر ماہ از خود تین چار نفلی روزے ضرور رکھا کرتے۔ اور فرمایا کرتے صوموا تصحوا روزے رکھا کرو، صحت مند رہوگے۔

حضور ﷺ نے اپنی مرض الموت میں حضرت ابو ہریرہؓ کو جو تین وصیتیں فرمائیں، ان میں سے ایک ہر ماہ میں تین روزے رکھنے کی تاکید تھی۔(۲)

کھانے پینے کے طریق:

اسلام میں جس طرح خورونوش کی نوعیت اور مقدار کی نسبت ہدایات موجود ہیں، اسی طرح کھانے پینے کے طریق بھی واضح کیے گئے ہیں اور ان میں بھی سادگی اور صفائی ملحوظ رکھی گئی ہے۔ اور ایسی پابندیاں عائد نہیں کی گئیں جو کسی ماحول میں گراں ثابت ہوں۔

ہندوؤں میں چوکے میں بیٹھ کر، جسے گائے کے گوبر سے تازہ ہی لیپا گیا ہو، کھانا کھانا مذہبی لحاظ سے ضروری اور صحیح طریقہ ہے۔ کٹر قسم کے ہندو، خاص کر پنڈت تو چوکے میں کود کر پہنچتے ہیں۔ ان کا عقیدہ ہے کہ ایک پاؤں چوکے میں رکھا جائے اور دوسرا زمین پر ہو تو انسان کے جسم کے ذریعہ زمین کی ناپاکی چوکے میں بھی بجلی کی رَو کی طرح سرایت کر جاتی ہے۔ اور چوکہ اگر اس طرح بھرشٹ (ناپاک) ہو جائے تو اس پر رکھا ہوا کھانا بھی بھرشٹ ہو کر ایک

---

(۱) اے۔ایف۔پی۔خبررساں ایجنسی۔

(۲) بخاری و مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۱۲۰۷۔

پاک ہندو کے کھانے کے قابل نہیں رہتا۔ کھانے سے پہلے اس قسم کے لوگ، سردی ہو یا گرمی، نہانا بھی ضروری سمجھتے ہیں۔ بعض ہندو تو اپنا کھانا اپنے ہی ہاتھوں سے غسل کرنے کے بعد پکاتے ہیں اور چولھے میں سے کسی کو ایک چنگاری بھی لینے نہیں دیتے، کیونکہ اس طرح پکتا ہوا کھانا بھرشٹ ہو جاتا ہے۔

ہندوؤں کے علاوہ دوسرے مذاہب وملل میں کھانا کھانے کے طریق کی نسبت کوئی خاص پابندیاں یا ہدایات نہیں پائی جاتیں۔ جیسے بھی کسی تمدن یا دور میں کوئی طریق رواج پا گئے لوگ وہی اختیار کر لیتے ہیں۔ اور ان میں سادگی، سہولت، صفائی اور صحت کا کوئی لحاظ نہیں رکھا جاتا۔ مثلاً دورِ حاضر میں یورپین تمدن میں میز، کرسی، چھری، کانٹے وغیرہ کھانے کے لوازمات قرار دیئے گئے ہیں۔ اور ان کے دیکھا دیکھی ایشیائی اور افریقی لوگ بھی اپنا ماحول نظرانداز کر کے یہ طریق اختیار کرتے چلے جا رہے ہیں۔ حالانکہ یہ بڑا انصرام اور صرفہ چاہتے ہیں جو کم استطاعت اور پسماندہ لوگوں کے لیے بارِ گراں ثابت ہوتے ہیں۔

مختلف قسم کے کھانوں، پھلوں، میووں وغیرہ اور مشروبات کے حسبِ حال مختلف نوعیت و بناوٹ کے ظروف، چھری کانٹے، طشتریاں، چمچے ہر فرد کے لیے الگ الگ سیٹ درکار ہوتے ہیں۔ کھانے کی میز گو ایک ہو مگر ہر کھانے والے کے لیے الگ کرسی، کپڑے بچاتے اور منہ اور انگلیاں پونچھنے کو ایک اُجلا سفید رومال، کھانا کھانے کے بعد انگلیاں تر کرنے کو پانی کی ایک خوشنما بلوری یا کسی قیمتی دھات کی کٹوری، میز پر ایک سفید براق چادر بچھی ہوئی، کھانوں اور کھانے والوں کی تعداد کے مطابق ڈونگے اور ان کے ساتھ بڑے چمچے، ان میں کھانا نکالنے کو لازمی ہوتے ہیں۔ الغرض اتنے تکلّفات ہیں اور ان کے لیے اتنے اخراجات برداشت کرنے پڑتے ہیں کہ ایک متوسط الحال سات آٹھ افراد کے خاندان کے ہزاروں نہیں تو سینکڑوں روپے سالانہ صرف ہو جاتے ہیں۔ اس سارے سامان کی دیکھ بھال، صفائی اور ِگلٹ وغیرہ بڑی سردردی چاہتے ہیں۔

اس طریقِ خورونوش کو اُن اقوام کی ترقی اور تمول کے زمانہ میں فروغ ہوا۔ اٹھارھویں صدی میں تو اسے کوئی جانتا بھی نہ تھا۔

کہا جاتا ہے کہ یہ طریق صحت وصفائی کے لیے مفید ہے۔ بے شک ایسے لوگوں کے

لیے جو بعد قضائے حاجت طہارت کرنا، ہاتھوں کے ناخن لینا، کھانے سے پہلے اور بعد میں ہاتھ دھونا، کُلّی کرنا، دائیں ہاتھ سے کھانا وغیرہ معیوب سمجھتے ہوں، اور مالی لحاظ سے یہ بار اُٹھا سکتے ہوں، یہ طریق کسی حد تک صفائی میں ممد ہوتا ہے۔ لیکن وہ لوگ جو بعدِ فراغت طہارت کرنا، ناخنوں کا باقاعدہ تراشنا، کھانے سے پہلے اور بعد میں ہاتھ دھونا اور کُلّی کرنا، دائیں ہاتھ سے کھانا اور ہر قسم کی نجاست سے بچنا عبادت اور مذہبی عقیدہ سمجھتے ہوں یا مالی لحاظ سے اتنے پسماندہ ہوں کہ انہیں اور ان کے بال بچوں کو پیٹ بھر روٹی بھی نصیب نہ ہوتی ہو، وہ کس طرح اس نام نہاد صفائی کی خاطر خواہ مخواہ اپنے آپ کو یہ روگ لگا لیں۔

ان متمدن لوگوں کی صفائی کیا ہے؟ یہی کہ جو بھی کام کر چکے ہوں، بغیر ہاتھ منہ دھوئے کھانے کی میز پر آن بیٹھے۔ کھانا ختم ہوا تو کٹوری کے دو چار اونس پانی میں انگلیوں کے سرے تر کر لیے اور رومال سے اندر اور باہر کی جانب سے ہونٹ پونچھ لیے۔ ہاتھ دھونے کی ضرورت، نہ کُلّی کرنے کی۔ منہ میں تالو اور زبان پر، دانتوں کی ریخوں میں غذا کے ذرات بے شک لگے رہیں۔ اور رات بھر نیند میں تنفس سے سڑا کریں، کچھ مضائقہ نہیں۔ وضع کیوں چھوڑیں!

مشہور انگریز سیّاح کپتان کُک جس نے پہلے پہل آسٹریلیا دریافت کیا تھا، جزیرہ ہیٹی کے باشندوں کی صفائی پسندی کا ذکر کرتے ہوئے، اس بات پر بڑے تعجب کا اظہار کرتا ہے کہ وہ لوگ ہمیشہ کھانا کھانے کے بعد ہاتھ دھویا کرتے ہیں۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ اٹھارہویں صدی کے آخر تک یورپین میں سے چوٹی کی قوم (انگریز) یہ بھی نہ جانتی تھی کہ دنیا میں کوئی ایسے لوگ بھی بستے ہیں جو کھانے سے پہلے اور بعد میں ہاتھ دھویا کرتے ہیں۔

ایک مسلمان پر جس نے اسلامی معاشرے میں تربیت حاصل کی ہو، یہ طریق سخت گراں گزرتا ہے کہ کھانے سے قبل اور بعد نہ پوری طرح ہاتھ دھوئے جائیں اور نہ کلی کی جائے۔ میرے ایک دوست نے جو بیرسٹر ہیں، انگلستان میں اپنے زمانۂ تعلیم میں اس مشکل کے حل کرنے کی ایک اچھی تدبیر اختیار کر رکھی تھی۔ طبیب کہتے ہیں کہ جسے گردہ کی کوئی تکلیف لاحق ہو بلکہ ایسے امراض کے لیے حفظ ماتقدم کے طور پر بھی کھانا کھانے یا ناشتہ کرنے کے فوراً بعد پیشاب کر لیا جائے خواہ حاجت ہو یا نہ ہو۔ اور چند قطرات کا ہی اخراج ہو جائے، تو یہ عمل بہت

مفید ثابت ہوتا ہے۔ چنانچہ جس گھر میں ان کا قیام تھا، وہاں کہہ رکھا تھا کہ طبّی مشورے کے ماتحت انہیں بعدِ طعام پیشاب ضرور کرنا ہوتا ہے۔ اس تدبیر سے وہ غسل خانہ میں جا کر ہاتھ منہ صاف کر کے خوب کلیاں وغیرہ کر لیا کرتے اور پھر میز پر پہنچ جاتے۔

پھر اس نظریۂ صفائی میں تضاد ملاحظہ ہو۔ ہاتھ تو کھانا لگنے سے خراب ہو جاتے ہیں، لیکن وہی کھانا نہ ان کا منہ خراب کرتا ہے نہ پیٹ۔ حالانکہ ہاتھوں پر کھانے کی آلائش اتنی مضرِ صحت نہیں ہوتی جتنے کہ اس کے باریک ذرات، منہ، زبان اور تالو پر لگے ہوئے اور دانتوں کی ریخوں میں پھنسے ہوئے مضر ہوتے ہیں۔

یہ خیال بھی کہ ہاتھوں کے لگنے سے کھانا متاثر اور خراب ہو جاتا ہے، بے بنیاد ہے۔ کھانا اسی وقت ہاتھوں سے متاثر اور خراب ہوگا جب وہ اچھی طرح دھلے ہوئے اور صاف ستھرے نہ ہوں، یا لمبے لمبے ناخن ہوں جن میں میل کچیل بھر رہی ہو۔

اُن لوگوں کے خیال میں ہاتھوں کے چھونے سے کھانا تو خراب ہو جاتا ہے، لیکن مکھن لگا توسٹ، کیک، پیسٹری، پھل وغیرہ خشک یا تر ہاتھ میں پکڑنے سے متاثر نہیں ہوتے۔ یہ چیزیں بالعموم چھری کانٹے یا چمچ سے نہیں کھائی جاتیں، بلکہ ہاتھوں ہی سے پکڑ کر منہ میں ڈالی جاتی ہیں۔ بسا اوقات منہ میں ہاتھ کی انگلیاں ڈالی جاتی ہیں اور اسے ناپسند نہیں کیا جاتا۔

یہ تمام طریقِ خورونوش تکلّفات اور تموّل کے چونچلے ہیں۔ اسلام کھانے کے سیدھے سادے طریق بتاتا ہے جو ہر ماحول میں کام آ سکتے ہیں، اور حفظانِ صحت کے اصول کے عین مطابق ہیں۔ لیکن وہ تنگ نظری بھی نہیں سکھاتا۔ اگر کسی کی مالی حالت اجازت دے اور وہ اپنی طاقت سے بڑھ کر خرچ نہ کرے اور اسراف اور فضول خرچی کا مرتکب نہ ہو، تو فرشِ خاکی یا چارپائی کی بجائے فرشِ مخملیں یا میز کرسی پر بیٹھ کر ہاتھوں یا چھری کانٹے سے کھانا کھا سکتا ہے۔

بانیِ اسلام علیہ التحیۃ والسلام کی نظافت اور صفائی پسندی کا پہلے ذکر آ چکا ہے۔ باوجودیکہ حضورؐ ہر وقت صاف ستھرا رہتے، کھانے سے پہلے ہاتھ دھو لیا کرتے۔ بالعموم فرشِ خاکی پر بیٹھ کر کھانا تناول فرماتے اور کھانے سے فارغ ہو کر ہاتھ دھوتے اور کلی کرتے۔(۱) دودھ

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۲۷۹ و ۲۹۴۔

پی کر بھی کلی فرماتے۔ دانتوں کی ریخوں سے کسی تنکے سے ذرات نکالتے[۱] ویسے ہی آپؐ پانچوں وقت مسواک کیا کرتے، جس سے خوراک کا کوئی ذرہ دہنِ مبارک میں رہنے نہیں پاتا تھا۔

دانتوں کی ریخوں سے ذراتِ غذا نکالنے کے لیے مسلمانوں نے دھات کے بنے ہوئے خلال مروّج کیے جو صفائی کے لیے بڑی کارآمد چیز ہے۔

ایک مرتبہ حضور ﷺ نے فرمایا کہ کھانے سے قبل اور بعد میں وضو کرنا کھانے کے لیے برکت کا موجب ہوتا ہے[۲]

ایک اور مرتبہ حضورؐ نے فرمایا جو شخص بعدِ فراغتِ طعام ہاتھ دھوئے بغیر سو جائے، اور اس کو کسی قسم کی تکلیف پہنچے تو وہ خود اپنے آپ کو بُرا کہے۔ (مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۰۰۵)

حضورؐ نے دائیں ہاتھ سے کھانا کھانے اور پینے کا ارشاد فرمایا، اور بائیں سے امتناع فرمایا۔ (مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۳۹۱۴ و ۳۹۱۵)

باہمی تعلق بڑھانے کے لیے قرآنِ کریم میں مل کر ایک ہی برتن سے کھانے کی تلقین کی گئی ہے۔ لیکن طبائع کے اختلاف اور بعض اوقات کسی کے کسی مرض میں مبتلا ہونے کے باعث حفظانِ صحت کے پیشِ نظر الگ الگ برتنوں میں کھانے کی اجازت ہے[۳]

ایک مرتبہ ایک شخص حضرت رسولِ کریم ﷺ کے ساتھ ایک ہی برتن سے کھانا کھانے میں شریک تھا۔ وہ سالن کے برتن میں چاروں طرف ہاتھ ڈالتا اور بوٹیاں یا سبزی کے ٹکڑے نکال نکال کر کھا رہا تھا۔ حضورؐ نے فرمایا اپنے دائیں ہاتھ سے کھاؤ، اور وہ کھاؤ جو (برتن میں) تمہارے آگے ہے۔ پھر طشت میں مختلف پھل آپؐ کے سامنے لائے گئے، تو وہ شخص صرف وہی پھل کھاتا رہا جو برتن میں اس کے سامنے تھا۔ تو حضورؐ نے پھر فرمایا اپنے آگے سے کھانے کا یہ مطلب نہیں کہ پھلوں میں سے بھی صرف وہی پھل کھاؤ جو تمہارے آگے ہے[۴]

اس ارشاد سے محض یہ غرض تھی کہ سالن کے برتن میں اِدھر اُدھر ہاتھ مارنا وقار کے خلاف اور کھانا خراب کرنے کے مترادف ہے۔ لیکن دوسری مختلف چیزوں یا پھلوں کے ایک ہی برتن میں ہونے سے یہ صورت بدل جاتی ہے۔

(۱) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۱۷۔

(۲) شمائل ترمذی، ص ۱۳۔ (۳) سورۂ نور، ۸ ع۔

(۴) تجرید حصہ دوم، حدیث نمبر ۱۰۷۔

کھانے پینے کی چیزوں میں پھونکنا ناپسندیدہ فعل ہے۔[1] اس سے آپؐ نے منع فرمایا۔ اس کی حکمت انشاء اللہ مشروبات کے عنوان کے تحت کچھ تفصیل سے بیان کی جائے گی۔

سونے چاندی کے برتنوں میں کھانے پینے سے آپؐ نے منع فرمایا۔ کیونکہ اس میں بے جا اسراف اور تفاخر ہوتا ہے، جسے اسلام پسند نہیں کرتا۔ صحت و ثبات کے لیے پاک و صاف برتن کا ہونا لازمی ہے۔ اس کا کسی خاص چیز کا بنا ہوا ہونا کوئی معانی نہیں رکھتا، جب تک اس چیز کا استعمال مضرِ صحت نہ ہو۔

مشروبات:

اللہ تعالیٰ کی پیدا کردہ پینے والی چیزوں میں سب سے بڑی نعمت پانی ہے۔ اس کی مقدار اور پاکیزگی میں کمی بیشی انسان بلکہ دوسرے حیوانات کی زندگی اور قیامِ صحت پر اثر انداز ہوتی ہے۔ ہم بتا چکے ہیں کہ ہمارے اسلاف نے کتنی طول طویل بحثیں پانی کے استعمال اور اس کی پاکیزگی کی نسبت کی ہیں۔ یہاں ہم صرف یہ بتانا چاہتے ہیں کہ صاف ستھرے اور میٹھے پانی کی جو پینے میں بڑا خوشگوار اور تشنہ انسانوں، حیوانوں، بستیوں اور سبزیوں کے زندہ اور تر و تازہ کرنے کا موجب ہو قرآنِ کریم میں بڑی تعریف کی گئی ہے[2] اور ایسے دلکش نظارے بہتی ہوئی نہروں، پھوٹنے والے چشموں، لہلہاتے کھیتوں اور خوشنما گلستانوں کے اس کتابِ کریم میں کھینچے گئے ہیں کہ اشد ترین دشمنانِ اسلام بھی رطب اللسان ہیں۔

بارش کا آبِ مقطر قرآنِ کریم میں بہترین پانی قرار دیا گیا ہے[3] اور طبّی لحاظ سے بھی یہ پانی نہایت صاف اور مفیدِ صحت ہوتا ہے۔ حضورؐ شیریں اور ٹھنڈے پانی کو بہت پسند فرماتے تھے۔ (مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۰۲۶)

دوسرے مشروبات یا پینے والی چیزوں میں سے شہد کی قرآنِ کریم میں بڑی تعریف کی گئی ہے اور اسے نوعِ انسانی کے لیے شفا قرار دیا گیا ہے۔[4] حضرت رسول کریم ﷺ اکثر امراض میں اسے بطورِ دوا تجویز فرماتے تھے۔ ایک مرتبہ ایک شخص خدمتِ اقدس میں حاضر ہوا۔ عرض کی کہ میرے بھائی کے پیٹ میں سخت درد ہے۔ فرمایا شہد پلاؤ۔ گیا، شہد پلایا، کوئی فائدہ نہ

---

(۱) تجرید حصہ دوم، حدیث نمبر ۱۳۰۷۔ (۲) بقرہ، انعام، نحل وغیرہ۔
(۳) انعام، ۱۲ ع، نحل، ۲ ع، روم، ۲ ع۔ (۴) محمدؐ، ۲ ع۔

ہوا۔ پھر حاضر ہوا اور عرض کی کہ کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ فرمایا، پھر شہد پلاؤ۔ مگر دوبارہ پلانے سے بھی کوئی فائدہ نہ ہوا۔ سہ بارہ حاضر ہوا، اور درد کے بدستور شدید ہونے کی شکایت کی۔ پھر حضورؐ نے فرمایا، وہی پلاؤ۔ پھر بھی کوئی فائدہ نہ ہوا۔ چوتھی مرتبہ آیا تو حضورؐ نے فرمایا اللہ تعالیٰ سچا ہے (جس نے فرمایا شہد میں شفا ہے) مگر تمہارے بھائی کا پیٹ جھوٹا ہے۔ جا کر پھر شہد پلاؤ۔ چنانچہ اس مرتبہ پلانے سے مریض کے معدہ سے موادِ فاسد بڑے زور سے خارج ہوئے اور اسے شفا ہوگئی۔(۱)

شہدِ خالص [illegible] تناول فرماتے اور اکثر پانی ملا کر اس کا شربت نوش فرمایا کرتے تھے۔

یونانی طبیب تو اب بھی اسے دواؤں میں بجائے شکر کے استعمال کرتے ہیں اور یہ دواؤں کو سڑنے سے محفوظ رکھتا ہے۔ پھل اور میوے اگر اس میں رکھ دیئے جائیں تو کافی عرصہ اس میں تازہ رہتے ہیں۔ انگریزی دواؤں میں بھی اسے استعمال کیا جاتا ہے، مگر اب اس کی جگہ گلیسرین نے لے لی ہے۔

ہمارے ہاں دیہات میں جب آنکھ میں کچھ چبھ جائے تو شہد ڈالا کرتے ہیں۔ اور یہ بڑا مفید ثابت ہوتا ہے۔

مشروبات میں سے شہد کے بعد دودھ کی قرآن کریم تعریف کرتا ہے اور اسے بڑا لذیذ اور خوشگوار قرار دیا ہے۔(۲)

کھانے پینے والی خوشگوار اشیاء انسانی صحت پر خوشگوار اثر ڈالتی ہیں۔ دودھ مسلمہ طور پر علم الصحت اور علم الابدان کی رُو سے ہر انسان کے لیے چھوٹا ہو یا بڑا، تندرست ہو یا بیمار، عورت ہو یا مرد، بوڑھا ہو یا جوان، نہایت زود ہضم طاقت و صحت بخش، لذیذ غذا ہے۔ جو اشیاء اس سے تیار کی جاتی ہیں، مثلاً دہی، مکھن، لسی، گھی، وہ بھی صحت کے لیے بڑی مفید ہوتی ہیں۔ اور دودھ کی دُہنیت یا روغن دنیا کی تمام روغنیات اور تیلوں میں سے بہتر اور زیادہ مفیدِ صحت ہوتی ہے۔

حضور ﷺ دودھ بھی بہت پسند فرماتے تھے اور بسا اوقات صرف اسی پر گزارہ کرتے

---

(۱) تجرید بخاری، حصہ دوم، کتاب الطب، حدیث نمبر ۷۷۶۔

(۲) نحل، ۹، ع۔

تھے۔

یہ بات مسلمہ اور تجربہ شدہ ہے کہ جن قوموں میں دودھ پینے اور دودھ سے تیار کردہ اشیاء کے کھانے پینے کا زیادہ رواج ہے، اُن کی صحت بالعموم اچھی ہوتی ہے۔ دودھ اور شہد ملا کر پیے جائیں تو صحت کے لیے ان کی آمیزش سونے پر سہاگہ کا کام دیتی ہے۔ میرے ایک دوست نے جو طبیب ہیں، مجھے بتایا ''بمبئی کے علاقہ میں مجھے ایک بوڑھا گڈریا ملا۔ اس کی صحت بہت اچھی تھی۔ خوراک اس کی شہد میں بکری کا دودھ دوہ کر پینا تھی۔ اس کی عمر اس سے دریافت کرنے پر معلوم ہوا کہ ڈیڑھ سو سال تھی۔''

پھلوں کے رس، شربت وغیرہ بھی صحت کے لیے مفید ہوتے ہیں۔ قرآنِ کریم میں پاک، طیّب اور خوشگوار مشروبات کا بار بار ذکر آتا ہے۔

پانی اور دیگر مشروبات سے متعلق بعض اہم ہدایات:

مشروبات کے استعمال کی نسبت حضرت رسولِ کریم ﷺ کی بعض ایسی ہدایات ہیں جن کی افادیت اس زمانے میں بھی تسلیم کی گئی ہے اور بعض ایسی بھی ہیں جن پر اب تک ترقی یافتہ اقوام بھی عمل نہیں کر رہیں۔

مثلاً آپؐ نے فرمایا: ''کوئی پینے والی چیز یک دم نہ پی جائے، بلکہ پیتے ہوئے دو تین مرتبہ سانس لینا چاہیے۔[1]'' اگر اسے ایک دم حلق میں انڈیل دیا جائے یا اونٹ کی طرح غٹ غٹ اسے پی لیا جائے تو بعض دفعہ پیٹ میں درد شروع ہو جاتا ہے، پیاس بھی نہیں بجھتی۔ مگر وقفہ سے اور دو تین سانس لے کر پی جائے تو اس کی تھوڑی مقدار سے ہی تسلی ہو جاتی ہے۔ سخت گرمی کے موسم میں جب شدید پیاس لگ رہی ہو تو بغیر سانس لیے یک دم پانی چڑھا جانے سے بعض دفعہ پینے والے کی موت واقع ہو جاتی ہے۔

یہ دیکھنے میں آیا ہے کہ موسم گرما کے روزوں میں روزہ افطار کرتے ہی بعض لوگ جام کے جام پانی یا شربت کے بغیر سانس لیے چڑھاتے چلے جاتے ہیں۔ مگر باوجود اتنی مقدار میں مشروب پینے کے اُن کی پیاس بجھنے میں نہیں آتی۔ یہ طریق بعض دفعہ مہلک ثابت ہوتا ہے۔ لیکن اگر حضور ﷺ کے ارشاد پر عمل کیا جائے تو ایک دو پیالے ہی کافی ہو رہتے ہیں۔

(۱) ترمذی، جلد دوم، کتاب الاشربہ، ص ۱۰، ۱۱۔

ایک شخص نے حضور ﷺ سے شکایت کی کہ پانی ایک سانس میں پی کر پیاس نہیں بجھتی۔ فرمایا: پیالہ منہ سے ہٹا کر دم لیا کرو۔[1]

ہاں دوا کی صورت استثنائی ہے، کیونکہ وہ چند گھونٹ ہوتے ہیں۔ اور اس کی بدمزگی مریض پر اس طریق سے پینے سے بڑی گراں گزرتی ہے۔

پھر حضور ﷺ نے فرمایا: ''پانی یا کوئی اور مشروب پیتے ہوئے برتن میں سانس نہ لیا جائے۔''[2] بلکہ اس سے باہر یعنی سانس لیتے وقت پیالہ منہ سے ذرا ہٹا لیا جائے۔

''کسی پینے والی چیز میں پھونک نہ ماری جائے، بلکہ کھانے والی چیزوں کی نسبت بھی یہی احتیاط کرنی چاہیے۔''[3] حضور ﷺ اسے معیوب خیال فرماتے تھے۔

مذکورہ بالا دو ارشاد بظاہر ہیں تو بالکل معمولی سے، لیکن اگر غور کیا جائے تو ان کی تہہ میں بڑی حکمت ہے اور یہ صحت و ثبات کے لیے نہایت اہم اور مفید ہیں۔ جس امر سے کوئی سمجھدار انسان انکار نہیں کر سکتا۔

تنفس میں اندر تازہ ہوا جاتی ہے، اور جب باہر آتی ہے تو اپنا ایک جزو آکسیجن گیس اندر چھوڑ کر زہریلے مواد اور مختلف قسم کی اندرونی کثافتیں اور بخارات ساتھ لے کر باہر نکلتی ہے۔ کاربن گیس جو زہریلی ہوا ہوتی ہے، خارج ہونے والے سانس کا بڑا جزو ہوتی ہے۔ اور یہ گیس سیّال اور تر چیزوں میں فوراً تحلیل ہو جاتی ہے۔

ہم تسلیم کرتے ہیں کہ انسانی تنفس میں آکسیجن اور کاربن گیسوں کی موجودگی اور ان کا سیّال اور تر چیزوں میں تحلیل ہو جانا دورِ حاضر کا انکشاف ہے۔ لیکن چودہ سو سال قبل عرب جیسے پسماندہ ملک کے ایک اُمّی اور اَن پڑھ انسان کو منہ سے خارج ہونے والے سانس کی مضرات سے کس نے آگاہ کیا تھا؟

بعض لوگ ہر گرم چیز چائے، کافی، دودھ وغیرہ پھونکیں مار مار کر پیا کرتے ہیں۔ اور وہ نہیں جانتے کہ یہ فعل ان کی اپنی صحت کے لیے کتنا مضر ہے۔ مائیں تو اپنے بچوں کو ہر چیز جو ذرا سی گرم ہو بالعموم اپنی پھونکوں سے ٹھنڈا کر کے پلاتی یا کھلاتی ہیں۔ لیکن انہیں یہ معلوم نہیں

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۰۲۲۔

(۲و۳) ترمذی، حصہ دوم، کتاب الاشربہ، ص ۱۰ و ۱۱۔

ہوتا کہ ان کی ہر پھونک بچے کی غذا زیادہ سے زیادہ زہریلی بناتی چلی جاتی ہے۔

کھڑے ہوکر پانی یا کوئی اور چیز پینے سے منع فرمایا۔ چنانچہ یہاں تک ارشاد ہے کہ اگر تجھے معلوم ہو جائے کہ کھڑے ہوکر پانی پینے کا کیا نقصان ہے تو تُو پی ہوئی چیز قے کر دے[1] یہی ارشاد کھڑے ہوکر کھانے کی نسبت ہے۔ ڈاکٹر طبیب بتاتے ہیں کہ اس طرح کھانے پینے سے بعض دفعہ پیٹ میں درد ہو جاتا ہے یا مرضِ فتق لاحق ہو جاتی ہے۔

فرمایا: ''مشمس یعنی دھوپ میں گرم کیا ہوا پانی نہانے دھونے یا پینے کے کام میں نہ لایا جائے۔ اس سے برص یا پھلبہری ہو جانے کا اندیشہ ہو جاتا ہے[2] یہ صرف ایسے پانی سے متعلق ارشاد ہے جو کسی برتن میں بھرا ہوا دھوپ میں گرم ہو جائے۔ ورنہ حوض، تالاب، دریا، جھیل اور سمندر تو سورج کی گرمی سے متاثر ہوتے رہتے ہیں۔ مگر زیادہ مقدار کے باعث ان پانیوں میں اتنا اثر نہیں ہوتا کہ وہ مضرِ صحت ثابت ہوں۔

''جس نے نہار منہ پانی پیا، اس کی جسمانی طاقت کم ہو جائے گی[3]'' بعض دفعہ نہار منہ پانی پینے سے کلیجہ پر بہت بُرا اثر پڑتا ہے۔ اور اس میں نقص اور کمزوری پیدا کر دیتا ہے۔ بعض گرم ملکوں میں خالی پیٹ کسی وقت بھی پانی نہیں پیتے۔

''مشکیزے کو منہ لگا کر پانی پینے سے منع فرمایا[4]'' اس ہدایت کا اطلاق نل اور ٹوٹی پر بھی ہوگا۔ اس ہدایت کی وجہ ظاہر ہے۔ دوسرے بعض لوگ اس فعل سے کراہت محسوس کرتے ہیں۔ اور اس طریق سے پانی پینے والا اگر کسی متعدی مرض میں مبتلا ہو تو دوسرں کو اس کے لگ جانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

''پیالہ کی ٹوٹی ہوئی جگہ سے پانی نہیں پینا چاہیے[5]'' کیونکہ بعض دفعہ ہونٹ جیسی نازک جگہ زخمی ہو جاتی ہے۔ بالخصوص شیشہ کے ٹوٹے ہوئے پیالہ سے اس کا زیادہ احتمال ہوتا ہے۔ اور برتن کی ٹوٹی ہوئی جگہ پر میل جم جاتی ہے جو دھونے سے بھی بمشکل صاف ہوتی ہے۔ اور پانی کے ساتھ حل ہوکر معدے میں چلی جاتی اور مضرِ صحت ثابت ہوتی ہے۔

حضور علیہ ﷺ روزہ نمک سے افطار فرماتے اور پھر پانی یا کوئی اور چیز نوش فرماتے۔

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۳۰۱۱۔ (۲) مشکوٰۃ، جلد اول، حدیث نمبر ۴۴۱۔

(۳) من شرب الماء علی الريق نقضت قوته۔ (۴) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۷۵۵ و ۷۵۶۔

(۵) مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۳۰۲۲۔

کھانے سے پہلے اور بعد میں بھی ذرا سا نمک چکھ لیا کرتے[1]

ڈاکٹر بتاتے ہیں کہ جسم میں جب موسم، بیماری یا کام کرنے کے باعث گرمی پیدا ہو اور پسینہ آ جائے تو بدن کی نمکیات پسینہ کے ساتھ کچھ خارج ہو جاتی ہیں جس سے کسی حد تک دل کمزور ہو جاتا ہے۔ اس کی تلافی نمک سے ہی ہو سکتی ہے۔ اس لیے وہ گرمیوں میں پانی میں تھوڑا نمک ملا کر پینے کا مشورہ دیتے ہیں۔

اسی حکمت کے ماتحت حضور ﷺ روزہ کھولتے وقت نمک کا استعمال فرمایا کرتے۔ کیونکہ روزہ سے بھی نمکیات بدن سے بالخصوص موسم گرما میں خارج ہو جاتی ہیں۔

یہ بھی حضور ﷺ نے فرمایا: ''گرم اور سرد چیز یکے بعد دیگرے نہیں کھانی چاہئیں[2]۔ آج کل یورپین اور ان کے معاشرے کی دلدادہ اقوام میں گرم چائے پینے کے معاً بعد آئس کریم کھا لی جاتی ہے یا اس کے الٹ کیا جاتا ہے۔ اس طریقِ خورونوش سے معدہ کے خراب ہونے یا زکام اور گلے کی سوزش لاحق ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

پھل، سبزیاں اور صحت:

اللہ تعالیٰ کی عطا کردہ نعمتوں میں سے پھل، میوے اور سبزیاں بھی انسانی صحت و ثبات کے لیے خاص اہمیت رکھتی ہے۔ جو قومیں انہیں استعمال کرتی ہیں اور انہیں ضروریاتِ زندگی میں شامل کر رکھا ہے، ان کی صحت بڑی اچھی ہوتی ہے۔ معدے پر ان کا بہت عمدہ اثر ہوتا ہے۔ دل و دماغ کو تقویت پہنچاتے ہیں۔ لیکن ان کی زیادتی اور گوشت کا بالکل ترک کر دینا جیسا کہ بعض قوموں میں رواج ہے، قوائے جسمانی اور دل کو کمزور کر دیتا ہے۔ نوعیتِ غذا میں تبدیلی اور اس کی مقدار میں اعتدال ہی صحت کے لیے مفید ثابت ہوتا ہے۔ صرف ایک قسم کی غذا پر انحصار کرنا اچھا نہیں ہوتا۔

حضرت علی کرم اللہ وجہہ فرمایا کرتے: ''اپنے پیٹ کو جانوروں کی قبر مت بناؤ'' یعنی ہر وقت صبح و شام گوشت ہی نہ کھایا کرو۔ گوشت کے علاوہ اللہ تعالیٰ کی عطا کردہ دوسری نعمتوں سے بھی فائدہ اُٹھایا کرو۔ صبح و شام بلاناغہ گوشت کھانے والوں کے اخلاق میں کچھ درندگی پیدا ہو

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۰۲۴۔

(۲) ایضاً۔

جاتی ہے۔ پھل اور سبزیوں کا استعمال گوشت کی حدت میں کمی پیدا کر کے اخلاق کو اعتدال پر لے آتا ہے۔

قرآنِ کریم میں متعدد مقامات پر باغات، لذیذ و شیریں میووں، قسم قسم کے پھلوں، سبزیوں اور اناج کا ذکر آتا ہے۔ ان کی لذت، رنگ و بُو، ان کے تہہ درتہہ خوشیوں کا جو نقشہ اس کتاب میں کھینچا گیا ہے، اِتنا دل لبھانے والا ہے کہ پڑھنے سے تعلق رکھتا ہے۔

سورۂ عبس میں مختلف قسم کے اناجوں اور پھلوں کی نسبت بیان کرتے ہوئے فرمایا:

''یہ تمہارے اور تمہارے مویشی کے فائدہ کے لیے پیدا کیے گئے ہیں۔''

سورۂ الانعام کے رکوع ۱۷ میں مختلف اناجوں اور خوش ذائقہ پھلوں کا ذکر کر کے فرمایا:

''جب یہ پھل لائیں تو انہیں خود کھاؤ اور اللہ تعالیٰ کا حق بھی ادا کرو یعنی نادار اور مفلس لوگوں کو بھی کھلاؤ۔'' تاکہ ان سے ساری قوم فائدہ اُٹھائے۔ پھر فرمایا: ''اسراف مت کرو۔'' یعنی ثمرات اتنے نہ کھاؤ کہ تمہاری صحت برباد ہو جائے۔ جن ممالک میں پھل میوے کثرت سے ہوتے ہیں، وہاں لوگ انہیں بہت زیادہ کھاتے ہیں، جس سے ہیضہ اور بعض اور امراضِ وبائی پھوٹ پڑتے ہیں۔

حضرت رسولِ کریم ﷺ پھل میوے اور سبزیاں بہت پسند فرماتے تھے۔ سبزیوں میں سے کدُّو کی نسبت فرماتے: ''کدو کھایا کرو کیونکہ وہ دل کو مضبوط کرتا ہے اور دماغ کو تقویت دیتا ہے۔''[1] پھلوں میں انگور، انار اور کھجور آپؐ کو بہت مرغوب[2] تھے۔ کھجور تو عرب میں ہمیشہ غذا کے طور پر استعمال ہوتی رہی ہے۔ حضور ﷺ اس کی خاص طور پر تعریف فرمایا کرتے تھے۔ موجودہ تحقیق کے مطابق کھجور بہترین پھلوں میں سے قرار دی گئی ہے۔ اور سب پھلوں سے زیادہ اس میں غذائیت پائی جاتی ہے۔

پھل میووں کا شوق باغات اور اشجار لگانے کا باعث ہوتا ہے۔ اور سبزہ جیسا کہ پہلے عرض کیا جا چکا ہے، آب و ہوا پر گہرا اثر ڈالتا ہے۔ مسلمانوں نے جہاں حکومت کی، ان کے رفاہِ عامہ کے کاموں میں شجرکاری اور باغات بڑی اہمیت رکھتے ہیں۔ اور عرب تو جہاں پہنچے کھجور کا

---

(۱) علیکم بالقرع فانه یشد الفواد و یزید الدماغ۔

(۲) شمائل ترمذی، ص ۱۴۔

درخت ساتھ لے گئے۔ اور دورِ حاضر کے علمِ زراعت کے انکشاف میں ایک یہ بھی ہے کہ کھجور ایک ایسا درخت ہے جو ہر قسم کی آب و ہوا اور زمین میں پھل پھول سکتا ہے۔ گو عربوں نے عملاً اسے صدیوں پہلے ثابت کر دیا تھا۔

اسلامی فتوحات سے قبل بہت سے ممالک ایسے تھے، جن میں باغبانی نام کو نہ تھی۔ مسلمان حکمرانوں نے وہاں باغبانی کو اتنا فروغ دیا کہ وہ گلزار بن گئے۔ اور اس نے ایک علم اور فن کی صورت اختیار کر لی۔ ہندوستان اور سپین اس کی زندہ مثالیں ہیں۔ سپین کے مسلمانوں سے یورپین اقوام نے اس سلسلے میں بھی بڑا فائدہ اُٹھایا۔ اور اب تو دنیا کی ہر متمدن اور ترقی یافتہ قوم کی حکومت میں زراعت و باغبانی اور شجر کاری بڑا اہم شعبہ اور وزارت ہوتی ہے۔

مسکّرات اور صحت:

اللہ تعالیٰ کے بھیجے ہوئے دینوں میں سے دینِ اسلام ہی یہ امتیاز رکھتا ہے کہ اس نے انسانی صحت و ثبات کے پیشِ نظر اشیائے خورونوش کی حلال وحرام یا جائز و ناجائز میں تقسیم کر کے نوعِ انسانی پر احسانِ عظیم کیا ہے۔ شریعتِ موسوی میں بھی اس قسم کی تقسیم پائی جاتی ہے۔ اور اس میں بتلایا گیا ہے کہ فلاں چیز کھانا جائز ہے اور فلاں کھانا ناجائز ہے، لیکن اس کی دلیل یا اس کے کھانے یا نہ کھانے کے فوائد یا نقصانات بیان نہیں کیے گئے۔

توریت میں کسی نشہ آور چیز کی نسبت کوئی خاص حکم ممانعت کا نہیں پایا جاتا۔ شراب کی تو اس کتاب میں بڑی تعریف و توصیف کی گئی ہے۔

ہندو مذہب میں افیون، بھنگ، چرس وغیرہ کا استعمال مذہبی شعائر میں داخل ہے۔

ویدوں میں مسکّرات خاص کر سوم رس (بھنگ) کی تعریف کے پُل باندھ دیئے گئے ہیں۔

عیسائی ممالک میں آج کل مذہبی تقاریب پر شراب کی اتنی افزونی ہوتی ہے کہ ایسا معلوم ہوتا ہے اس کی نہریں بہہ رہی ہیں۔ عشائے ربانی کی پاک رسم جس میں شراب سے بھگوئی ہوئی روٹی عبادت گزار مردوں، عورتوں، بوڑھوں اور بچوں میں تقسیم ہوا کرتی ہے، عیسائی مذہب میں بڑی اہمیت رکھتی ہے۔ کیونکہ یہ روٹی مسیح کے گوشت سے اور اس میں ملی ہوئی شراب خونِ مسیح سے تشبیہ رکھتی ہے۔

دورِ حاضر میں غیر مسلم اقوام ترقی یافتہ ہوں یا پسماندہ، شراب اور بعض دوسری نشہ آور اشیاء کو لوازمات اور ضروریاتِ زندگی سمجھتی ہیں۔ یہاں تک کہ جنگوں میں بھی فوجیوں کے لیے متحارب حکومتیں ان کی بہم رسانی کا انتظام کیا کرتی ہیں۔ اور ان کے فوجی نظام بار برداری میں ان اشیاء خاص کر شراب کا میدانِ جنگ میں پہنچانا بہت بڑا بوجھ ہوا کرتا ہے۔

اسلام میں تمام مسکّرات شراب، افیون، چرس، بھنگ وغیرہ حرام قرار دیئے گئے ہیں۔ ان کی مقدار زیادہ ہو یا کم یہی حکم رکھتی ہے۔(۱) قرآنِ کریم میں واضح احکام ہیں۔ سورۂ بقرہ رکوع ۲۷ میں فرمایا: ''شراب اور جوئے میں بہت بڑے نقصانات ہیں۔ گو اِن سے بعض فوائد بھی حاصل ہوتے ہیں۔ لیکن ان کے فوائد سے ان کی ضرر رسانیاں بہت ہی زیادہ ہیں۔''

پھر سورۂ مائدہ رکوع ۱۲ میں فرمایا: ''یہ گندے کام شیطانی عمل ہیں۔ پس ان سے بچتے رہو، تاکہ تمہاری زندگی اچھی گزرے۔'' شیطان کے معنی جیسا کہ پہلے بتلایا گیا ہے، ہلاک و برباد ہونے والے کے ہیں۔ گویا یہ کام ہلاکت و بربادی کے موجب ہوتے ہیں۔ پھر فرمایا کہ شراب اور جوئے کے ذریعے شیطان تمارے درمیان مناقشت اور فساد پیدا کرتا ہے۔

بانیِ اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے فرمایا ''**ما اسکر کثیرہ فقلیلہ حرام**'' جو چیز بڑی مقدار میں نشہ پیدا کرے، اس کی قلیل مقدار بھی حرام ہے۔(۲)

جیسا کہ پہلے بتایا جا چکا ہے، اسلام میں حلال وحرام کی تقسیم انسانی صحت و ثبات کے لحاظ سے کی گئی ہے۔ شراب اور دوسری نشہ آور چیزوں کے بداثرات جو انسان کے جسمانی نظام پر پڑتے ہیں، ان کا اندازہ مسکّرات کے عادی لوگوں کی حالت سے شراب خانوں، چنڈو خانوں اور زمانۂ حاضرہ کی کاک ٹیل پارٹیوں میں جا کر لگایا جا سکتا ہے۔

بعض لوگ دُنیا میں آج کل شراب کے عام رواج کے پیشِ نظر یہ کہا کرتے ہیں کہ طاقت کی خاطر اور شدتِ موسم سے بچنے کے لیے اگر تھوڑی بہت شراب پی لی جائے جو نشہ سے چُور نہ کردے اور ہوش وحواس ٹھکانے رہنے دے تو اس میں کیا حرج ہے؟ قابلِ اعتراض امر تو یہ ہے کہ زیادہ پی کر انسان عقل وخرد کھو بیٹھے۔

---

(۱) تجرید بخاری، حصہ دوم، کتاب الاشربہ، حدیث نمبر ۱۴۵ ۷ و ترمذی، حصہ دوم، کتاب الاشربہ ص ۸ و ۹۔

(۲) ترمذی، حصہ دوم، کتاب الاشربہ، ص ۵ و ۹۔

لیکن ایسے لوگ یہ نظر انداز کر دیتے ہیں کہ یہ ایک دلدل ہوتی ہے، جس میں ایک دفعہ پھنس کر پھر نکلنا محال ہوتا ہے اور اس میں پھنسا ہوا نیچے ہی نیچے دھنستا چلا جاتا ہے۔

اگر کسی مُضر چیز کی تھوڑی مقدار سے پرہیز نہ کیا جائے تو اس کی بڑی مقدار سے بھی انسان نہیں رکتا۔ کسی چھوٹی بدی کے کرنے سے بڑی بدی کے کرنے کی جرأت پیدا ہوتی ہے۔

حضرت محمد ﷺ نے حرام اشیاء کو ایک سرکاری چراگاہ سے تشبیہہ دی ہے، جس کی حدود کے قریب بھی مویشی چرانا خطرہ سے خالی نہیں ہوتا۔ اور فرمایا کہ ان چراگاہوں کے نزدیک بھی نہ جایا کرو۔(۱)

اس مثال میں حضور ﷺ نے انسان کے نفسِ امّارہ کو جانور قرار دیا ہے، جو بدی کی رغبت دِلاتا ہے۔ سرکاری چراگاہ کے باہر کنارے پر چرنے والے جانور اس کے اندر دل لبھانے والا سبزہ دیکھ کر کنارے پر کھڑا ہی اس میں منہ مارنے کی کوشش کرتا ہے۔ کچھ کھا بھی لیتا ہے۔ پھر ایک قدم اندر رکھتا ہے۔ پھر آہستہ آہستہ آگے بڑھتا ہے۔ حتیٰ کہ چراگاہ کے مرکز میں پہنچ کر پھر اس سے نکلنا پسند نہیں کرتا جب تک کہ کوئی اسے وہاں سے مار نہ بھگائے۔

لیکن انسان بااختیار ہستی ہوتے ہوئے خود ہی اپنے نفس کو روکے تو روکے ورنہ کوئی دوسرا اس پر جبر نہیں کرسکتا۔ اور اس کی یہ آزادی بہ نسبت غیر ذی عقل حیوان کے اس کے اپنے لیے اکثر دفعہ زیادہ خطرناک ثابت ہوتی ہے۔ ہندوستان کے مدھیہ پردیش کے ضلع ریٹول میں چند دیہاتیوں نے ایک شراب خانے میں شرط لگائی کہ کون شراب کی دس بوتلیں کم سے کم وقت میں ختم کرتا ہے۔ ایک نے بازی جیت لی، لیکن اس کا سر چکرا گیا اور بے ہوش گر پڑا، اور جان دے دی۔ (اے۔ پی۔ پی، از دہلی، مورخہ ۱۷ راگست ۱۹۶۰ء)۔

انسانی تجربہ و مشاہدہ بتاتا ہے کہ بہت ہی کم لوگ ایسے ہوتے ہیں جو ایک مرتبہ کوئی نشہ آور چیز کھا یا پی کر پھر اس سے بچ نکلے ہوں۔ اور تھوڑا استعمال کرنے والے حدود سے باہر نہ نکل گئے ہوں، اور اُنہوں نے اپنی صحت بُری طرح برباد نہ کر لی ہو۔ خبر رساں ایجنسی سٹار کی انڈیاناپولس امریکہ سے ۱۹۵۸ء کی اطلاع کے مطابق انڈیانا یونیورسٹی کے ادارۂ ادویہ کے پروفیسر ڈاکٹر رولو ہارجر نے اپنی رپورٹ میں جو طبّی قانونی مسائل کی کمیٹی کے کتابچہ کا ایک حصہ

---

(۱) تجرید بخاری، کتاب الایمان، حدیث نمبر ۴۷۔

ہے، بتایا ہے کہ شراب کے نشہ کے اکثر اثرات دماغ پر پڑتے ہیں۔ شراب پیتے ہی خون میں مل کر چند سیکنڈوں میں دماغ میں پہنچ جاتی ہے۔ اور اس کی معمولی مقدار بھی اپنے بداثرات دکھائے بغیر نہیں رہتی۔

مسلمانوں نے شراب کے بداثرات کے پیشِ نظر اس کو ام الخبائث یا بدیوں کی ماں (جڑ) قرار دیا ہے۔ گو یہ نام بالکل صحیح ہے، لیکن درحقیقت یہ ام المسکرات یعنی تمام نشہ آور چیزوں کی ماں قرار دی جانی چاہیے، کیونکہ ہر نشہ آور چیز کی جو بھی خاصیت اور اثر ہوتا ہے، اور جو نتائج اس کے استعمال سے پیدا ہوتے ہیں، وہ بدرجۂ اتم اس میں پائے جاتے ہیں۔ بالفاظ دیگر تمام مسکّرات کی مضرتیں اور نقصان اس ایک ہی نشہ میں مجتمع ہیں۔ افیون، بھنگ، پوست وغیرہ اگر اضمحلال و انحطاط پیدا کرتے ہیں، اور ماری خون میں حدت و جوش پیدا کرتی ہے، تو یہ اس قسم کے تمام اثرات اپنے اندر رکھتی ہے۔ شراب میں بدمست کبھی جوش میں آ کر گالیوں بلکہ مرنے مارنے پر اتر آتا ہے، کبھی رونے لگتا ہے، کبھی خوفزدہ ہو کر کانپنے لگتا ہے۔

مخمور انسان ایسی ایسی عجیب، نازیبا اور انسانیت سوز حرکات کا ارتکاب کرتا ہوا نظر آتا ہے کہ کوئی باوقار انسان انہیں دیکھنا بھی پسند نہیں کرتا۔

حال ہی میں جاپانی پولیس نے شراب میں بدمست ہو کر بکواس اور نامعقول حرکات کرنے والوں کے ساتھ ایک نہایت ہی مضحکہ آمیز سلوک کرنا شروع کر دیا ہے۔ جب وہ اس حالت میں ہوتے ہیں، تو متعلقہ پولیس افسران اُن کی تمام خرافات ٹیپ ریکارڈ یعنی آواز محفوظ کرنے کے آلے میں بند کر لیتے ہیں۔ جب اس کے ہوش ٹھکانے لگتے ہیں تو وہ ریکارڈ لگا کر اسے سناتے ہیں، وہ بیچارہ ندامت اور شرمندگی سے سر جھکا لیتا ہے، اور پانی پانی ہو جاتا ہے۔

ایک اور دلچسپ پہلو گو دوسروں کے لیے نہایت مضر اور خطرناک ثابت ہوتا ہے، یہ ہے کہ ایک بدمست اپنے ساتھی کو خواہ وہ نہ پینے والا ہو، شراب پینے پر مجبور کرتا ہے۔ خمار میں وہ بڑا خیر خواہ، فراخ دل، سخی، اور شاہ مزاج بنا ہوا ہوتا ہے اور دوسروں کو اپنے ساتھ ملانے کے لیے اپنی بساط سے کہیں زیادہ خرچ کرنے کے لیے تیار ہو جاتا ہے۔ بعض دفعہ یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ کوئی ناواقف پینے والوں اتفاق سے پھنس جائے تو نشے میں چُور ہو کر وہ اسے بھی مجبور کرتے ہیں بلکہ اسے گرا کر اس کے منہ میں جبراً شراب انڈیل دیتے ہیں۔

بمبئی میں، مَیں نے خود دیکھا ہے کہ مِل مزدور عورتیں اور مرد کارخانوں سے تنخواہ لے کر سیدھے تاڑی کی دکانوں پر بچے ساتھ لیے ہوئے پہنچ جاتے، خود پیتے اور چھوٹے چھوٹے بچوں کو مار مار کر پلاتے۔ یہی وجہ ہے کہ اسلام نے ایسی مجالس کے قریب جانے سے بھی منع کیا ہے۔

ہم یہاں دانایانِ فرنگ کی دانائی پر اظہارِ حیرت و استعجاب کیے بغیر نہیں رہ سکتے۔ وہ کوکین، بھنگ، چرس، خواب آور مسکّرات، افیون اور اس کے مرکبات وغیرہ کے مختلف ممالک میں استعمال اور ان کی برآمد و درآمد پر تو کڑی نگرانی اور ان سے متعلقہ جرائم کے انسداد کے لیے عبرت ناک سزائیں مثلاً عمر قید تجویز کرنے کے حامی ہیں۔ لیکن ام الخبائث شراب سے جس نے ان کے ملکوں میں ان کے اپنے قول کے مطابق دوسرے مسکرات سے کہیں زیادہ تباہی مچا رکھی ہے، یہ لوگ بالکل غافل ہیں اور اس کے خلاف کوئی عملی قدم یا صرف آواز اُٹھانے کی بھی جراٴت نہیں کرتے، بلکہ وہ اسے اپنے معاشرے اور رسم و رواج کا اہم جزو اور غذا اور لباس کی طرح ضروریاتِ زندگی میں سے قرار دیتے ہیں۔

یو۔این۔او (اقوامِ متحدہ) کے کمیشن متعلقہ مسکرات کے ۱۹۵۸ء کے اجلاس میں اس امر پر اتفاق کیا گیا کہ افیون اور اس کے مرکبات اور دیگر اس قسم کی خواب آور اشیاء کے تاجروں کو عبرت ناک سزائیں دینا نہایت مؤثر اقدامات میں سے ہیں۔ اور اس سلسلے میں ان ممالک کی خدمات کو سراہا گیا ہے، جن میں ایسے مجرمین کو سخت سے سخت سزا، مثلاً عمر قید یا سزائے موت دی جاتی ہے۔ چنانچہ ترکی، ایران اور بعض اور ممالک میں ایسے تاجر پھانسی پر لٹکائے جاتے ہیں۔ امریکہ میں ۱۹۵۸ء میں ایک ایسے تاجر کو دو مختلف جرموں میں بیس بیس سال کی سزا ملی اور ساتھ فیصلہ میں ان کے یکے بعد دیگرے نافذ کیے جانے کا حکم تھا۔

اس مجلس کے اقتصادی و معاشرتی ادارے کے کمیشن برائے انسدادِ مسکرات و منشّیات نے اپنے سالانہ اجلاس منعقدہ جنیوا جو مئی ۱۹۶۱ء میں ہوا، یہ تسلیم کرتے ہوئے کہ موجودہ تجویز کردہ سزائیں مختلف ممالک میں ان اشیاء کی تجارت اور سمگلنگ میں روک تھام پیدا کرنے میں ناکام رہی ہیں، اور زیادہ سخت سزائیں تجویز کرنے کی متعلقہ حکومتوں سے سفارش کی ہے۔ (پی۔پی۔اے۔ از جنیوا، ۵/ جون ۱۹۶۱ء)

لیکن یہ بین الاقوامی ادارہ جو خدمتِ خلق کا مدعی ہے، شراب کے خلاف کوئی اقدام کرنے کے لیے تیار نہیں، کیونکہ وہ اقوام جن کے ہاتھوں میں یو۔این۔او کی باگ ڈور ہے، ایسا قدم اُٹھانا نہیں چاہتیں۔ اور ان کے نمائندگان رائے عامہ کا مقابلہ کرنے کی ہمت نہیں رکھتے، حالانکہ ان دانشوروں کے ممالک بالخصوص چوٹی کے ترقی یافتہ ملکوں، برطانیہ، امریکہ، روس وغیرہ کے رہنماؤں کی تقاریر، ان کے رجسٹرار جنرل، پولیس، عدلیہ اور ادارہ ہائے انسدادِ جرائمِ اطفال کی سالانہ رپورٹوں سے عیاں ہے کہ شراب کا استعمال نوخیز لڑکوں اور لڑکیوں میں دن بدن بڑھ رہا ہے۔ جس کے باعث ان میں جرائم، بدکاری، ناجائز پیدائش، مہلک امراض، بدمست موٹر ڈرائیوروں کے ہاتھوں سے اتلافِ جان کی رفتار بھی تیز تر ہوتی جا رہی ہے۔ اور ہر قسم کی انسدادی تدابیر یہ خطرناک رَو روکنے میں بالکل ناکام ثابت ہو رہی ہیں۔

اے۔ایف۔پی کی ماسکو سے ۵ر جولائی ۱۹۵۸ء کی خبر کے مطابق روس کے وزیراعظم خروشیف نے لینن گراڈ کے کارخانہ کروف میں مزدوروں کو مخاطب کرتے ہوئے کہا: ''شراب ہماری مجلسی زندگی میں تباہ کن اثرات پیدا کر رہی ہے۔ اِس نے مزدوروں کی صحت کی جڑیں کھوکھلی کر دی ہیں، اہلی زندگی برباد کر دی ہے، جرائم کی رفتار تیز کر کے اقتصادی پیداوار کو خطرناک نقصان پہنچایا ہے۔ ہم اب اِس کے خلاف ان تھک جنگ لڑیں گے۔''

لیکن ماسکو ریڈیو کی ۱۵ر اکتوبر ۱۹۵۸ء کی اطلاع کے مطابق اس ان تھک جنگ لڑنے والے رہنمائے اشتراکیت نے اس اعلانِ جنگ کے صرف تین ماہ بعد اپنے آبائی گاؤں کالینوفکا میں تقریر کرتے ہوئے اس خونخوار دیو کے سامنے ہتھیار ڈال دیے۔ بے بسی ملاحظہ ہو: ''ہم سوویٹ یونین میں امتناعِ شراب کا قانون ہرگز نافذ نہیں کرنا چاہتے۔ مے نوشی ہمارے رسم و رواج کا جزو ہے۔ ہمارے لوگوں کو شراب پینے سے کوئی نہیں روکتا، مگر اس کے باوجود یہ ضروری ہے کہ انسان عزت و وقار کو ملحوظ رکھے۔ نئے قانون کے مطابق جو زیرِ تجویز ہے، شراب پینے والا میخانے سے صرف ایک جام حاصل کرنے کا مستحق ہوگا۔''

اس کے ساتھ مسٹر خروشیف نے یہ بھی انتباہ کیا: ''اگر اسے دوسرا جام پینے کی خواہش ہوگی تو یقیناً وہ کسی دوسرے میخانے کا رُخ کرے گا۔ مگر میکدہ سے میکدہ کی سیر اسے جیل کی ہوا کھلائے گی۔''

اس اعلانِ جنگ کے پورے ایک سال بعد ۱۰؍جولائی ۱۹۵۹ء کو روزنامہ پراودا نے بال بچے دار عورتوں کی ایک جماعت کا مراسلہ شائع کیا، جس میں ان عورتوں نے مطالبہ کیا کہ عادی شراب خوروں کو جبراً شفاخانوں میں اس وقت تک زیرِ علاج رکھا جائے جب تک کہ وہ مکمل طور پر شفایاب نہ ہو جائیں۔ اور علاج معالجہ کے اخراجات کی جزوی ذمہ داری اُٹھانے پر بھی اُنہوں نے اپنی آمادگی کا اظہار کیا۔ اُنہوں نے یہ بھی کہا کہ حکومت کے اقدامات مثلاً ووڈکا(۱) (روسی شراب) کی قیمت بڑھانا، بدمستی پر چالان، ماسکو سے اخراج وغیرہ شراب خوروں پر حسب منشا اثر پیدا کرنے کے لیے ناکافی اور ناکام ثابت ہوئے ہیں۔ کوئی ماں یا بیوی اپنے بیٹے یا خاوند کا چالان یا شہربدر کیا جانا پسند نہیں کرتی۔ ان عورتوں نے یہ مطالبہ بھی کیا کہ ایسے شراب خوروں کی تنخواہیں براہِ راست ہمیں بھیجی جائیں، کیونکہ ان میں سے اکثر اپنا سارا روپیہ بلکہ کپڑے اور اثاث البیت کی نہایت ضروری اشیاء بھی فروخت کر کے شراب پر اُڑا دیتے ہیں۔

روسی اخبار اِزدستیا کے حوالے سے رائٹر نے ۱۸؍فروری ۱۹۶۱ء کو خبر بھیجی کہ مسٹر خروشیف نے جو تقریر وونیز میں کاشت کاروں کو مخاطب کرتے ہوئے کی، اس میں کہا: ''امریکہ کے برابر پیداوار بڑھانے کے لیے ہر جمہوریہ کو سخت ترین قوانین بنانے چاہئیں اور بڑا اہم امر یہ ہے کہ تمام پبلک کو شراب خوروں، منافع خوروں اور مخلوق کا خون چوسنے والوں کے خلاف اُبھارنا چاہیے۔''

دیگر اشتراکی ممالک میں بھی شراب کی بہتات اور کثرتِ استعمال کی نوبت یہاں تک پہنچ چکی ہے کہ ان کی حکومتوں کے بعض بڑے ذمہ دار حکام بھی تمام اخلاقی حدود اور پابندیاں توڑ کر اپنے کوٹے یا مقررہ مقدار سے زیادہ سے زیادہ ناجائز طور پر حاصل کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ چنانچہ وارسا دارالسلطنتِ پولینڈ سے خبررساں ایجنسیوں پی۔ پی۔ اے اور ڈی۔ پی۔ اے کی ۱۵؍جولائی ۱۹۶۱ء کی اطلاع ہے کہ حکومت کے مملوکہ کارخانہ شراب سازی کے نگرانِ اعلیٰ کے گھر پر ایک دعوت میں حکومت کے وکیلِ اعلیٰ شریک ہوئے۔ انہیں پیاس لگی اور ٹھنڈا سادہ پانی پینے کی خواہش پیدا ہوئی۔ وہ صاحبِ خانہ کے باورچی خانہ میں جا پہنچے۔ پانی کے نل کی ٹونٹی گھمائی تو پانی کی بجائے ووڈکا شراب بہہ نکلی۔ نگران صاحب چھدی چھپے کارخانہ

(۱) روسی تیز قسم کی شراب جو رائی سے تیار کی جاتی ہے۔

سے اپنے بنگلہ تک اس نالی کے ذریعہ شراب پہنچاتے تھے۔ سرکاری اموال کے سرقہ کے الزام میں اُن پر مقدمہ چلایا گیا۔

فرانس میں شراب کے خلاف آواز اُٹھتی دیکھ کر جولائی ۱۹۹۹ء میں شراب تیار کرنے کے کارخانوں کے مالکوں کی مجلس کے صدر اور اس صنعت کے دیگر برسرِ اقتدار لوگوں نے مملکت فرانس کے صدر سے مل کر مطالبہ کیا کہ وہ اس عام اعلان کا اعادہ کرے کہ شراب ہمارا قومی مشروب ہے۔

یوں تو شراب پینے سے صحت کے برباد ہونے کے ہزاروں واقعات ہر ملک میں پیش آتے رہتے ہیں۔ لیکن ان ملکوں میں جو شراب خوری کے مرکز ہیں، اس کی تباہ کاریاں حیرت میں ڈال دیتی ہیں۔

فرانس جہاں ہوٹلوں میں شراب سستے داموں دستیاب ہوتی ہے، مگر پینے کا سادہ پانی قیمتاً بھی بمشکل ملتا ہے، اس کی ۱۹۵۶ء کی اعداد وشمار کی رپورٹوں سے پتہ چلتا ہے کہ اس ملک میں ہر سال صرف شراب خوری سے پیدا ہونے والے مہلک امراض سے پندرہ ہزار نفوس لقمۂ اجل ہوتے ہیں۔ اور اس سے کئی گنا زیادہ افراد ایسے امراض میں مبتلا ہو کر زندگی اور موت کے درمیان سسک رہے ہوتے ہیں۔ گویا ہر پینتیس منٹ کے بعد ایک قیمتی جان اس خونخوار دیوی کے بھینٹ چڑھتی ہے۔

یو۔ایس۔ امریکہ میں جیسا کہ صدرِ مجلس امتناعِ شراب امریکہ نے شاہ سعود والیِ حجاز کو ان کے ملک میں شراب اور دیگر مسکرات کے امتناع پر تہنیت پیش کرتے ہوئے بیان کیا ہے۔ ''اڑسٹھ ہزار انسان شراب خوری سے ہر سال ہمارے ملک میں ہلاک ہوتے ہیں۔''

ان اعداد وشمار سے تمام دنیا میں صرف اس ایک تباہ کن نشہ سے ہلاک ہونے والوں کی تعداد کا آسانی اندازہ لگایا جا سکتا ہے۔

یورپین ممالک اور ان کی نوآبادیات اور زیرِ اثر ملکوں میں کرسمس (بڑا دن) اور نیوایئر ڈے (نوروز) پر عوام تو الگ رہے، مذہبی رہنما بھی شراب بے دریغ پیتے ہیں اور ضبطِ نفس کی تمام حدود توڑ کر وہ لوگ اپنی جو حالت بنا لیتے ہیں، ناگفتہ بہ ہوتی ہے۔ اور ان تقاریب پر نوخیز لڑکے اور لڑکیاں جن حرکاتِ زیبا، شنیع افعال اور سنگین جرائم کا ارتکاب کرتے ہیں، ان پر

تمام ممالک کے ابتدائی ایامِ جنوری کے اخبارات خوب روشنی ڈالتے ہیں۔

عائلی زندگی پر شراب خوری کے اثرات کی نسبت امریکہ کی ریاست آریگن کی الکحل ایجوکیشن کمیٹی و مجلس اصلاحِ شراب خوری کے ڈاکٹر ایوارڈ ایم۔ سکاٹ کی تحقیق قابلِ غور ہے۔ اور اس کی رائے سے دوسرے اس قسم کی تحقیق کرنے والے ڈاکٹر بھی متفق ہیں۔ وہ کہتے ہیں کہ اس ریاست میں شراب خور مردوں میں چھپن فیصد اپنی اہلی زندگی طلاق دے کر ختم کرتے ہیں۔ اور شراب خور عورتوں میں سے اسّی فیصد۔

ویٹیکن سٹی (عیسائی مذہب کے سب سے بڑے فرقہ رومن کیتھولک کا مذہبی مرکز اور پوپ کا شہر) کے مشہور اخبار ''اوزرویٹو رومانو'' نے ۲۰ نومبر ۱۹۶۰ء کے شمارے میں بدیں الفاظ کاک ٹیل (شراب میں مختلف قسم کے شراب اور مصالحہ جات ملائے جاتے ہیں) کے خلاف آواز اُٹھائی۔ ''اس کا گاہے گاہے پینا تو کسی حد تک پسندیدہ ہے، لیکن اس کا روزانہ استعمال جسمانی اور اخلاقی تباہی کا موجب ہوتا ہے۔ اس کے بدنتائج میں مزمن شراب خوری، جگر و دل اور شریانوں کے نقائص، جلدی امراض کی جانب رجحان، دماغ پر خون کا دباؤ، اعصابی کمزوریاں، رعشہ، بے خوابی جن کے ساتھ پریشان کن خوابیں آتی ہیں اور بدنی اور اخلاقی تباہی ہوتی ہے۔'' اس کے ساتھ اس نے ایک سوال اُٹھایا ہے: ''کاک ٹیل (لفظی معنی مرغے کی دُم) کی جسے بچھو کی دُم کہنا بجا ہے، اخلاقی ضرر رسانی کا کیا علاج کیا جائے؟''

عیسائی مذہب میں عشائے ربانی کی تقریب بڑی اہمیت رکھتی ہے، اور اس کا اہم جزو شراب ہوتا ہے۔ شراب کے خلاف اس کے مرکز سے آواز اُٹھنا معنی دارد۔

ماسکو کے اخبار ''ترود'' مورخہ ۱۹؍ جولائی ۱۹۵۹ء کی خبر ہے۔ ایک بدمست شرابی ڈرائیور نے تین بچے جو اپنے سکول سے نکلے ہی تھے، کار کے نیچے کچل کر ہلاک کر دیئے۔ ماتحت عدالت نے سزائے موت دی جو عدالتِ عالیہ نے بھی بحال رکھی۔

کاش یہ ممالک شراب کی ضرر رسانیوں سے سبق سیکھتے اور اس کے انسداد کے لیے کوئی عملی قدم اُٹھاتے۔

حضرت بانی اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے تاکیدی حکم دیا۔ ''شراب مت پیو، [1] کیونکہ یہ

---

(۱) الادب المفرد، امام بخاری۔

تمام بدیوں کی چابی ہے۔" حتیٰ کہ ایسے برتنوں کے استعمال سے بھی منع فرمایا جو بالعموم شراب کے پینے کے کام میں لائے جاتے ہیں۔

علاوہ مذکورہ بالا مسکرات کے ایک اور چیز بھی ہے یعنی تمباکو جسے دنیا نشہ آور نہیں سمجھتی، لیکن درحقیقت اپنے اندر وہ نشہ کی خاصیات رکھتی ہے۔ اور ہلکی قسم کا وہ بھی ایک نشہ ہی ہے۔ اس کا اتنے وسیع پیمانے پر ساری دنیا میں رواج ہو چکا ہے کہ کالے گورے، زرد و احمر ہر ملک کے مرد، عورتیں، بوڑھے بچے اس کا شکار ہو رہے ہیں۔ اور اب حکومتیں بھی اسے اہم ضروریاتِ زندگی میں سے قرار دیتی ہیں۔ مگر بلا خوفِ تردید یہ کہا جا سکتا ہے کہ صحتِ انسانی کے لیے پانچ ضرر رساں اشیاء میں سے یا ایسی اشیاء جو قیامِ زندگی کے لیے غیر ضروری، بے فائدہ اور لغو ہیں اور جنہیں آج کل دنیا میں انتہائی فروغ حاصل ہو چکا ہے، یہ چیز اوّل نمبر پر ہے۔ (وہ اشیاء بالترتیب یہ ہیں: تمباکو، چائے، آئس کریم، شراب و دیگر مسکرات اور مانع حمل ادویہ و متعلقہ ذرائع وغیرہ۔)

شراب کا پہلے ذکر آ چکا ہے۔ یہاں ہم صرف تمباکو کی نسبت کچھ عرض کریں گے جسے ہم نے لغو چیزوں میں اوّل نمبر پر رکھا ہے۔

پہلے صرف امریکہ کے اصلی باشندے اسے استعمال کیا کرتے تھے۔ تین چار سو سال سے امریکہ سے باہر اس کا رواج شروع ہوا اور اب ساری دنیا پر چھا گیا ہے۔

اسلام میں گو صریحاً اس کی نسبت کوئی احکام نہیں ہیں۔ لیکن اس کے نقصانات، ضرر رسانی اور اس کا عبث ہونا اس کی لغویت ظاہر کرتا ہے۔ اور اسلام لغویات سے روکتا ہے۔ پھر جیسا کہ پہلے بتایا جا چکا ہے۔ نشہ تھوڑا ہو یا بہت، یا کوئی چیز کم نشہ آور ہو یا زیادہ اسلام اسے صحت و ثبات کے منافی قرار دیتا ہے۔

تقریباً ساری دنیا تمباکو کی کچھ ایسی گرویدہ ہو چکی ہے۔ اور اسے اتنا بے ضرر خیال کرتی ہے کہ اس کے خلاف آواز اُٹھانا مصیبت مول لینا ہے۔ اس سے پرہیز کرنے والا جب بھی اس کی مضرتیں اور نقصانات پیش کرے گا، اس پر جھٹ یہ اعتراض ہو گا جس نے خود اس کا مزہ نہیں چکھا، وہ اس کی نسبت کیا رائے قائم کر سکتا ہے۔ اس کی رائے تو ایک کٹر مُلّاں کے فتوے سے زیادہ وقعت نہیں رکھتی۔

مگر میری معروضات ذاتی تجربہ اور مشاہدہ پر مبنی ہیں۔ اپنے متعلق کچھ بیان کرنا پسندیدہ امر نہیں ہوتا۔ لیکن یہ امکان ہے کہ قارئین میں سے بعض میرے حالات معلوم کر کے تمباکونوشی ترک کرنے پر تیار ہو جائیں جو میرے لیے موجبِ خوشی ہوگا۔

میرے والد اور بہت سے بزرگ تمباکو پینے کے عادی تھے۔ والد تو اپنے حلقۂ احباب اور متعلقین میں اعلیٰ قسم کا دیسی خشک تمباکو پینے والے مشہور تھے۔ کسی قسم کا تیار کردہ تمباکو پینا تو درکنار کسی حقہ میں ایسا تمباکو بھر کر پیا ہوا ہو تو اس میں بھی اپنی پسند کا خشک تمباکو ڈال کر پینا گوارا نہ کرتے تھے۔ سفر و حضر میں حقہ ان کے ساتھ رہتا اور کبھی سفر میں سگریٹ بھی پی لیا کرتے تھے۔

گو حقہ پینے کی مجھے اور میرے بھائیوں کو سخت ممانعت تھی لیکن بالعموم ہم ہی والد صاحب کو حقہ تازہ ٹھنڈا کر کے اور بھر کر پلایا کرتے تھے۔ اس طرح حقہ اور تمباکو سے کافی عرصہ تعلق رہا۔ کالج میں چار پانچ سال گزارنے کے بعد مجھے بھی اس کی عادت پڑ گئی۔ اور ایسا عادی ہو گیا کہ حد سے بڑھ گیا۔ چین سموکر (یکے بعد دیگرے سگریٹ سے سگریٹ سلگا کا پینے والا) بن گیا۔ اعلیٰ سے اعلیٰ تمباکو اور ادنیٰ سے ادنیٰ بھی پیا۔ سگار پیے۔ پائپ میں مختلف قسم کے غیرملکی تمباکو بھر کر پیے۔ بیڑی استعمال کی۔ حقے میں خشک پتی اور تیار کردہ تمباکو بھر کر پیتا رہا۔ سگریٹ بیڑی پیتے پیتے ہونٹوں پر اثر ہو جاتا اور ایسا معلوم ہوتا، آبلے پڑنے کو ہیں۔

پھر کم کر دیا اور پھر طبیعت پر جبر کر کے یک دم ترک کر دیا۔ اس پر پچیس سال گزر گئے، اب تمباکو پینے والے کا سانس بھی ناقابلِ برداشت ہوتا ہے۔

اور اب اس کے عادی دوستوں اور نوجوان عزیزوں سے پوچھا کرتا ہوں۔ میں نے پی پی کر چھوڑ دیا۔ مجھے تو اس وقت بھی کوئی خاص لطف یا مزہ نہیں آتا تھا۔ تمہیں کیا مزہ آتا ہے؟ ہمیشہ یہی جواب ملا کرتا ہے، بس عادت ہے۔ انہیں کہتا ہوں میرے جیسا کمزور اگر اس سے دامن چھڑا سکتا ہے، تو تمہارے جیسا توانا اور مضبوط جوان ایسا کیوں نہیں کر سکتا۔

یہ سوال کہ یہ نشہ ہے یا نہیں، یہ مضرِ صحت ہے یا نہیں؟ طول بحث چاہتا ہے۔ لیکن یہ ایک عام تجربہ اور مشاہدہ ہے کہ جب کسی آدمی کو جو عادی نہ ہو، پہلی مرتبہ کوئی نشہ آور چیز کھلائی یا پلائی جائے، مثلاً افیون، بھنگ، شراب وغیرہ تو اس مخصوص نشہ کے مخصوص اثرات فوراً ہی اس کی

مقدار کی نسبت سے کھانے یا پینے والے پر ظاہر ہونے شروع ہو جائیں گے۔ سر چکرائے گا۔ نیند آئے گی۔ قلب یا دماغ متاثر ہوگا، وغیرہ وغیرہ۔ یہی کیفیت پہلی مرتبہ غیر عادی شخص کی تمباکو پینے سے پیدا ہوتی ہے۔ سگریٹ یا حقہ پینے، پان کے ساتھ کھانے سے ناک میں یا دانتوں پر اس کی ہلاس لینے یا لگانے سے، میں نے خود تمباکو کے ان اثرات کا تجربہ کیا ہے۔

زکام کے باعث ناک بند ہو جائے تو بعض دفعہ ہلاس مفید ثابت ہوتی ہے۔ میں نے بھی کئی مرتبہ بطورِ دوا اسے استعمال کیا مگر ایک مرتبہ ایسی تیز تھی اور مجھے اتنی چھینکیں آئیں کہ میرے نکسیر پھوٹ پڑی، جس سے پہلے مجھے اس کے پھوٹنے کا کبھی تجربہ نہ ہوا تھا۔

یہ ظاہر کرتا ہے کہ تمباکو کا استعمال یقیناً انسان کی صحت پر اثر انداز ہوتا ہے، خواہ دوسرے مسکرات کے مقابل پر کم ہی ہوتا ہے۔ جس طرح ان کے ایک خاص مقدار میں مسلسل استعمال سے بظاہر صحت اور بدن پر اثرات نظر نہیں آتے۔ حالانکہ یہ مسلّمہ ہے کہ ان کا آہستہ آہستہ اثر ہوتا رہتا ہے جو ایک عرصہ بعد خطرناک صورت اختیار کر لیتا ہے۔ اسی طرح اس کا عادی اس کے اثرات محسوس نہیں کرتا، لیکن بایں ہمہ ہم یہ کہنے کے لیے تیار ہیں کہ اس کے اثرات میں وہ شدّت نہیں ہوتی جو دوسرے مسکّرات میں پائی جاتی ہے۔ گو اس کا بہت زیادہ استعمال جیسے چین سموکنگ یا پان میں تمباکو زیادہ مقدار میں ڈال کر کھانا اکثر اختلاجِ قلب اور دیگر خطرناک امراض پیدا کرنے کا موجب ہوتا ہے۔

امراضِ قلب کے ایک مشہور ماہر معالج کے پاس میری موجودگی میں اختلاجِ قلب کا ایک نوجوان مریض آیا۔ اسے چین سموکنگ کی عادت تھی۔ ڈاکٹر نے جو سب سے بڑا علاج اور ضروری پرہیز اسے بتایا، وہ سگریٹ کم پینے کا تھا۔

میں نے ایک حُقہ اور سگریٹ کے عادی کی رمضان میں روزہ افطار کرتے وقت عجیب کیفیت دیکھی۔ وہ پانی کے ایک دو گھونٹ پی کر روزہ افطار کیا کرتا تھا، اور اس کے ساتھ ہی پشاوری تمباکو کی پتّی چلم میں رکھ کر حُقے کا زور سے کش لگاتا۔ حُقے کا تمباکو اپنے اندر وہ شدت نہیں رکھتا جو سگریٹ میں ہوا کرتی ہے۔ کیونکہ نکوٹین کا جو تمباکو کا زہریلا جزو ہوتا ہے، بیشتر حصہ حُقے کے پانی میں ہی حل ہو کر رہ جاتا ہے۔ مگر کش لگاتے ہی اس کا جسم کانپنے لگتا اور وہ تقریباً بیہوش ہو جاتا، چند لمحے کوئی دوسرا آدمی اسے تھامے رکھتا اور پھر شربت کا گلاس اس کے منہ لگاتا

تو اسے ہوش آتا۔ یہ واقعہ بتاتا ہے کہ تمبا کو کے کتنے مضرِ صحت اثرات ہوتے ہیں۔

ایک اور بات بھی ہمارے خیال کی کہ اس میں نشہ ہوتا ہے، تائید کرتی ہے۔ تمبا کو پینے، کھانے یا اس کی نُلاس استعمال کرنے والوں کو اگر وقت پر ایسی چیز نہ ملے تو وہ بالکل اسی طرح پریشان ہوتے ہیں اور اس کی خواہش ان پر اسی طرح مستولی اور سوار ہوتی ہے، جس طرح ایک شراب خور، افیونی یا بھنگیڑی اپنا مخصوص نشہ نہ ملنے کے باعث پریشان ہوا کرتا ہے۔ سخت بھوک میں کھانا ملے یا نہ ملے۔ شدید پیاس کے وقت پانی دستیاب ہو یا نہ ہو، پرواہ نہیں۔ لیکن بوقتِ خواہش تمبا کو سے محرومی نہایت ہی تکلیف دہ ثابت ہوتی ہے۔

اس سلسلے میں ایک اور امر بھی قابلِ غور ہے، جسم کے کسی حصے یا عضو پر کوئی مصنوعی دباؤ مسلسل ڈالا جائے تو وہاں کچھ عرصہ بعد درد یا تکلیف شروع ہو جاتی ہے۔ مثلاً ایک پتھر جسم کے کسی حصہ پر باندھ دیا جائے اور وہ حصہ بالکل تندرست ہوتو کچھ عرصہ بعد اس مقام پر درد محسوس ہونے لگے گا۔ اور بہت دیر یہی حالت رہے تو وہاں ورم ہو جائے گا یا پھوڑا بن جائے گا۔

تمبا کو پینے سے اچھے بھلے پھیپھڑوں پر دباؤ پڑتا ہے اور پیتے ہوئے اکثر دفعہ کھانسی آنے لگتی ہے جو جسم کے کسی اور نقص کے باعث پیدا نہیں ہوتی بلکہ تمبا کو پینے سے مصنوعی طور پر پیدا ہوتی ہے۔ تمبا کو جتنا تیز، زیادہ اور مسلسل پیا جائے گا، یہ دباؤ بھی اسی نسبت سے بڑھتا جائے گا۔ اور اس کا نتیجہ عیاں ہے۔ پھیپھڑے کمزور ہو کر امراض کا مقابلہ کرنے کی قوت آہستہ آہستہ کھوتے چلے جائیں گے۔ کمزور صحت والے کو دق یا سرطان کا زیادہ احتمال ہوتا ہے۔

اس کا ضرر رساں اور قیامِ زندگی کے لیے بے فائدہ ہونا اکثر پینے والے تسلیم کرتے ہیں اور دنیا کے اکثر اطبا اور ڈاکٹروں کی رائے بھی یہی ہے۔ لیکن تقریباً ساری دُنیا اس کی بیحد عادی ہو چکی ہے۔ اور اس کے تاجر دنیا پر ٹڈی دل کی طرح چھا گئے ہیں۔ وہ اربوں روپیہ اپنے تمبا کو اور سگریٹوں کے اشتہارات پر پانی کی طرح بہا رہے ہیں۔ اور ہر اشتہار میں وہ اپنے اپنے مال کی ایسی تعریف اور خوبیاں بیان کرتے ہیں گویا وہ ہر مرض کی دوا ہے۔ وہ اپنا شکار اس طرح قابو کیے ہوئے ہیں جیسے ایک درندہ اپنے شکار کو دبوچ لیتا ہے۔

اس لعنت کی وسعت اور اس سے متعلق پروپیگنڈا کا اندازہ صرف ایک ہی ملک

یو۔ایس۔امریکہ کے اشتہارات اور اس کے استعمال کی مقدار سے لگایا جا سکتا ہے۔اس ملک میں چھوٹے بڑے اخبارات و رسائل لاکھوں کی تعداد میں روزانہ، ہفتہ وار، پندرہ روزہ، ماہوار یا سہ ماہی نکل رہے ہیں جن میں سے ہر ایک کی اشاعت لاکھوں تک پہنچی ہوئی ہے۔ان میں سے ہر ایک میں بیسیوں کمپنیوں کے سگریٹ تمباکو کے اشتہارات شائع ہوتے ہیں۔صرف ۱۹۵۷ء میں اس ملک میں چار کھرب دس ارب سگریٹ پیے گئے۔اس میں پائپ سے پیا جانے والا تمباکو شامل نہیں ہے۔اور ۳۰؍دسمبر ۱۹۵۸ء کی واشنگٹن کی خبر ہے کہ محکمۂ زراعت کی رپورٹ میں بتایا گیا ہے کہ ۱۹۵۸ء میں اہلِ امریکہ نے ساڑھے پانچ ارب ڈالر کے سگریٹ خریدے یعنی تقریباً بیس ارب روپیہ کے۔ساری دنیا میں تو کھربوں روپے اسی طرح سالانہ پھونک دیے جاتے ہیں۔

چھوٹے سے ملک انگلستان میں سالانہ سگریٹ، سگار وغیرہ بنانے میں پچیس تیس کروڑ پونڈ وزن کے درمیان تمباکو کی پتّی کام میں لائی جاتی ہے۔

لیکن اس کے اتنے وسیع پیمانے پر استعمال کے باوجود دنیا کے ماہرینِ علم الصحت اور ڈاکٹروں میں کچھ عرصے سے بحث چھڑی ہوئی ہے جو دن بدن شدت پکڑتی چلی جارہی ہے کہ تمباکو نوشی مضرِ صحت ہے یا نہیں۔اس کی زیادتی سرطان، اختلاجِ قلب جیسی موذی امراض پیدا کرنے کا موجب ہے، یا ان امراض کے بواعث تمباکو نوشی نہیں بلکہ کوئی اور ہیں۔ایک طبقۂ اطباء اس کے خلاف ہے اور ایک اس کے حق میں۔

موخر الذکر خیال کے طبقۂ اطباء کو دنیا کے لاکھوں کروڑ پتی بلکہ ارب پتی تاجرانِ تمباکو کی ہمدردی اور حمایت حاصل ہے۔اور وہ ان کی اشاعت پر اپنے تجارتی مفاد کی خاطر کروڑوں روپے خرچ کر رہے ہیں۔لیکن پہلا طبقہ اس امداد سے محروم ہے۔ان کا خیال اور رائے غلط ہو یا صحیح، یہ امر بالکل واضح ہے کہ اس رائے کے حامی اطباء اپنی رائے، اپنے تجربات و مشاہدات کی بنا پر محض ہمدردیٔ مخلوق کی خاطر دنیا کے سامنے پیش کر رہے ہیں اور وہ دن دُور نہیں جب ان کی رائے غالب آجائے گی اور اس پر ہی دنیا عمل کرنے پر مجبور ہوگی، بالخصوص مغربی اقوام، اور اس لغو، بے سود اور فضول چیز کی ضرر رسانی اور نقصانات تسلیم کرلے گی۔

تمباکو نوشی کے مضرات و مفادات پر طول طویل بحثیں ہوتی رہتی ہیں اور اس کی تائید

وتردید کے بہت دلائل دیے جاتے ہیں۔لیکن اس کی ایک ضرر رسانی تو ایسی ہے کہ اس سے انکارنہیں کیا جا سکتا۔اور نوعِ انسان آئے دن اس کا تلخ تجربہ کرتی رہتی ہے۔اس کے باعث جتنا اتلافِ مال و جان ہوتا ہے، کسی اور نشہ آور چیز سے نہیں ہوتا۔

اس کا رسیا جب اُسے اس کی شدید خواہش پیدا ہو، ایسا اندھا ہو جاتا ہے کہ تمام پابندیاں اور احتیاطیں پسِ پشت ڈال کر، اور سخت سے سخت امتناعی احکام نظر انداز کر کے، چھپ چھپا کر، نظر بچا کر، چلم بھرنے کے لیے آگ سلگا ہی لیتا ہے، یا دیا سلائی جلا کر سگریٹ لگا لیتا ہے۔ بے خبری میں کوئی ہلکی سی چنگاری اُڑ کر کسی نامعلوم جگہ جا گرتی ہے، یا وہ جلدی میں اَن بجھی دیا سلائی یا پیے ہوئے سگریٹ کا اَن بُجھا سرا بے احتیاطی سے اِدھر اُدھر پھینک دیتا ہے۔

اس طرح ہزاروں غریب کسانوں کے خون پسینہ ایک کر کے جمع کیے ہوئے فصل کے کھلیان، ان کی سال بھر کی کمائی اور محنت، گیس، پٹرول، بھک سے اُڑ جانے والی اشیاء کے بیسیوں کارخانے، کانیں جن سے بھڑک اُٹھنے والے بخارات خارج ہوتے رہتے ہیں، بیش قیمت لکڑی کے جنگلات، بڑے اہم کاغذات کے محافظ خانے ہر سال نذرِ آتش ہوتے رہتے ہیں، اور ان کی آتش زدگیوں سے اِتلافِ جان بھی! اگر دنیا کے ہر ملک کے اعداد وشمار جمع کیے جائیں، تو ان کی تعداد ہزاروں سے کیا کم ہوگی۔ فی زمانہ دنیا کے بیشتر واقعاتِ آتش زدگی اسی بھلی عادت کے مرہونِ منت ہیں۔

صرف انگلستان میں جس کی آبادی چھ کروڑ ہے، تمباکو نوشی کے باعث دس ہزار سالانہ آتش زدگی کی وارداتیں ہوتی ہیں۔ (ریڈرز ڈائجسٹ، مارچ ۱۹۶۱ء، ص ۷۳)

برٹش کولمبیا کی حکومت نے ۳۱ رمئی ۱۹۶۱ء ''یومِ ترکِ تمباکو'' کا اعلان کرتے ہوئے بیان دیا کہ یہ طریق بہتر صحت اور جنگلات کی حفاظت کے لیے جو بڑی ملکی دولت ہے، مفید ثابت ہوتا ہے۔ اور یہ دن آنے والے ایّام میں ترکِ تمباکو کے لیے ترغیب کا موجب ہوگا۔ اس اعلان سے ظاہر ہے کہ اس ملک میں جنگلات کی آتشزدگیوں کا موجب تمباکو اور سگریٹ ہی ہیں۔

اسلام نے انسانی صحت وثبات اور اخلاق پر شراب اور دیگر مسکرات کے بداثرات، ان کی ہلاکت خیزیوں اور تباہ کاریوں کے پیشِ نظر ان کی کم یا زیادہ مقدار کا کُلّی امتناع کیا ہے۔

اور دانشورانِ مغرب و مشرق اس عفریت کے آہنی پنجے سے اپنی اپنی قوم کو اس وقت ہی نجات دِلا سکتے ہیں، جب کہ وہ ہر نشہ آور چیز کی خواہ وہ کوئی قومی مشروب ہی کیوں نہ ہو، تجارت، درآمد برآمد، ان کا تیار کرنا، ان کا استعمال سنگین جرم قرار دیں گے۔ اور بین الاقوامی سطح پر اس کے خلاف اعلانِ جنگ کریں گے۔ صرف افیون اور اس کے مرکبات، کوکین وغیرہ کے لیے عمر قید اور پھانسی کی سزائیں تجویز کرنا اور شرابِ ام الخبائث کا ایسے قوانین سے مستثنیٰ قرار دینا بے معنی اور بے نتیجہ ثابت ہوگا۔

(۱۰)

تجرد اور صحت

اللہ تعالیٰ نے جو اعضاء انسان کو عطا کیے ہیں، ان میں سے اگر وہ کسی سے اس کے مناسبِ حال کام نہ لے تو وہ بے کار ہو جاتا ہے۔ اور اس کی بے کاری دوسرے اعضائے بدن پر اثر انداز ہوئے بغیر نہیں رہتی۔ بعض ہندو جوگی کچھ عرصہ اپنا ہاتھ کھڑا رکھ کر اسے بالکل سکھا اور بے کار کر دیتے ہیں۔ یہ عمل ان کی عام صحت پر اثر ڈالتا ہے۔ اور ان کی قوت و طاقتِ بدن کم کر دیتا ہے۔ اسی طرح بعض اور اعضائے جسم کا بالخصوص جن کا تعلق توالد و تناسل سے ہوتا ہے، لمبے عرصہ تک بیکار رکھنا امراض پیدا کرنے کا باعث ہوا کرتا ہے۔

علاوہ ازیں جس طرح جسم سے فضلات کا اخراج قیامِ صحت و بقا کے لیے ضروری ہوتا ہے، اسی طرح انسان کے بدن سے مادۂ تولید کا مناسب اور جائز وقت پر اور طریق سے خارج ہونا مفید ہوتا ہے۔ مجرد رہنے والے مرد اور عورتیں بسا اوقات خاص قسم کے امراض کا شکار ہوتے ہیں۔ لڑکی کی شادی میں تاخیر اکثر ہسٹریا یا اختناق الرحم کی بیماری پیدا کر دیتی ہے، جسے جہلا آسیب یا جن بھوت کا اثر قرار دیتے ہیں۔ ایسی صورت میں اطباء ہمیشہ اس کا علاج فوری طور پر اس کی شادی کر دینا تجویز کرتے ہیں، اور یہ علاج مؤثر ثابت ہوتا ہے۔ ایسے امراض کے آثار نمودار ہونے پر شادی میں مزید تاخیر کی جائے تو بالعموم یہ دائمی اور خطرناک صورت اختیار کر لیتے ہیں۔

بعض مذاہب تجرد اور غیر متاہل زندگی کو بڑی نیکی اور ذریعۂ نجات قرار دیتے ہیں۔

اور اگر ہر انسان اسی راہِ نیکی پر گامزن ہو جائے جیسا کہ ہر مذہب کا نصب العین ہوتا ہے کہ ہر انسان نیکی کی راہ اختیار کرے، تو دو نسلوں میں ہی انسان ختم ہو جائے۔

نوعِ انسانی کو انہی ضرر رسانیوں سے محفوظ رکھنے کے لیے اللہ تعالیٰ کے پیام بر نبی ﷺ نے فرمایا: ''اسلام میں رہبانیت یعنی تجرد ہرگز نہیں ہے، نکاح کرنا میرا طریقہ ہے۔ اور جو بھی میرے اس طریقے سے رُوگردانی کرتا ہے، اس کا مجھ سے کوئی تعلق نہیں(۱)'' بالفاظ دیگر جو مسلمان دیدہ دانستہ، بلاعذرِ معقول، بحالتِ صحت و ثبات نکاح کرنے سے گریز کرتا ہے، وہ مسلمان ہی نہیں ہے۔ ایسا انسان نہ صرف اپنی صحت و ثبات کا دشمن ہوتا ہے، بلکہ اپنا سلسلۂ توالد و تناسل منقطع کر کے اپنی قوم و ملت اور نوعِ انسانی سے دشمنی کا ارتکاب کرتا ہے۔

اسلام ہر مسلمان سے مطالبہ کرتا ہے کہ وہ اپنی صحت کی حتی المقدور حفاظت کرے تاکہ وہ بہترین شہری بن سکے۔ اور قوم کے تندرست افراد بڑھانے میں مدو معاون ثابت ہو۔

ہاں حضور ﷺ نے فرمایا جو باوجود صحت و تندرستی کے نکاح سے کسی وجہ سے محروم رہے تو وہ روزے زیادہ رکھا کرے(۲)'' روزے زیادہ رکھنے سے قوتِ رجولیت کم ہو جاتی ہے اور انسان بدکاری سے بچتا ہے۔ لیکن حضورؐ نے ایک شخص کو جو جوان اور تندرست تھا، مگر نکاح کی استطاعت نہیں رکھتا تھا، اس کے اپنے آپ کو خصی کر دینے کی اجازت طلب کرنے پر اجازت نہیں دی تھی۔(۳)

اسی طرح ایک اور نوجوان نے اجازت طلب کی تو فرمایا۔ ہمارا طریقہ خصی ہونے کا نہیں ہے۔ ہمارا خصی ہونا روزہ رکھنا ہے۔ اسی طرح رہبانیت کی اجازت نہ دی اور فرمایا۔ ہماری رہبانیت یہ ہے کہ مسجد میں بیٹھ کر نماز کا انتظار کیا جائے۔(۴)

(۱۱)

بدکاری اور صحت

اللہ تعالیٰ نے ہر قسم کی مخلوق جمادات، نباتات اور حیوانات کے نر و مادہ پیدا کیے

(۱) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۳۴۳۔
(۲) تجرید حصہ اوّل، حدیث نمبر ۵۸۰۔
(۳) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۷۹۔
(۴) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۶۵۹۔

ہوئے ہیں۔ پھر ان جوڑوں میں ان کی تخلیق کے مناسب حال جنسی تعلق اور کشش کا جذبہ ودیعت کیا ہے۔ ادنیٰ مخلوق میں اس تعلق کے لیے زمانے، موسم اور وقت مقرر ہوتے ہیں۔ لیکن اشرف المخلوقات نوعِ انسانی کی تخلیق میں ایسی کوئی پابندی بجز عارضی طبعی عوارض کے نظر نہیں آتی۔ مگر اس نوع کے ہر طبقے نے اپنی خداداد عقل کی روشنی میں اپنے ماحول کے مطابق اس غرض سے اصول وقواعد تجویز کیے ہوئے ہیں، جنہیں نکاح کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔ ان قواعد وضوابط کو توڑ کر دوسرے لفظوں میں بغیر نکاح یہ تعلق پیدا کرنا ہر طبقۂ انسانی ناپسندیدہ فعل قرار دیتا ہے۔ اور یہ خلاف ورزی زنا یا بدکاری کہلاتی ہے۔

تقریباً ہر طبقۂ انسانی میں شادی بیاہ کی رسوم وقواعد مرتب کرنے میں مذہب کا بہت بڑا دخل ہوتا ہے۔ لامذہب طبقوں میں بھی اس سے متعلق اصول کے پس منظر میں مذہب ہی کارفرما ہوتا ہے، گو ایسے طبقات قولاً اسے تسلیم کرنے سے گریز کرتے ہوں۔

مذہب اس طریقِ کار کی خلاف ورزی ناپسند کرتا ہے، اور اس سے روکتا ہے۔ اس کی وجہ عیاں ہے۔ مذہب کا مقصد، جیسا کہ ہر مذہب دعویٰ کرتا ہے، انسان کی روحانی اور جسمانی فلاح و بہبود ہوتی ہے۔ بغیر نکاح مرد وعورت کا جنسی تعلق روحانیت کو نقصان پہنچانے کے علاوہ جسمانی صحت وثبات پر بھی بہت بُرا اثر ڈالتا ہے۔ اور مذہب ایسے تمام افعال سے روکتا ہے، جو اس کے ماننے والوں کو کسی قسم کا نقصان پہنچانے کا موجب ہوں۔

بدکاری کہاں تک نوعِ انسانی کو نقصان پہنچاتی ہے، اور اس کا کسی قوم میں عام ہو جانا کیونکر اس کی تباہی کا موجب ہوتا ہے، اس کا ثبوت گذشتہ تمام ترقی یافتہ اقوامِ عالم کی تاریخ پر سرسری نظر ڈالنے سے مل سکتا ہے۔ کوئی بھی دنیا کی ایسی قوم نہیں گزری جس نے عروج وترقی حاصل کی ہو اور اس کے تنزل وتباہی کے سب سے بڑے اسباب وموجبات میں سے عیش و عشرت بالفاظ دیگر زنا وشراب، ناچ اور رنگ رلیاں نہ ہوئی ہوں۔ بیرونی دشمنوں کے حملے اور چڑھائیاں اس کے زوال وانحطاط میں اتنا دخل نہیں رکھتے جتنا کہ بدکاری وغیرہ۔

ایک طاقت ور، صحت مند قوم خواہ وہ کتنی ہی چھوٹی ہو، اس پر کوئی بڑی سے بڑی قوم بھی بلاوجہ اور ایک دم حملہ کرنے کی جرأت نہیں کرتی۔ مگر جب ایک قوم خواہ کتنی بڑی اور ترقی یافتہ ہو عیش وعشرت میں غرق ہو جائے تو اخلاقی لحاظ سے اس پر فوقیت رکھنے والی چھوٹی چھوٹی

قومیں اُٹھ کر اسے تباہ و برباد کر دیتی ہیں۔ دراصل ایک قوم پہلے اپنے اندرونی دشمن عیاشی کا شکار ہوتی ہے، تب اس کے بیرونی دشمنوں کو اس پر ہاتھ اُٹھانے کی جرأت پیدا ہوتی ہے۔

لیکن جب کوئی ترقی یافتہ اور طاقتور قوم بدکاری میں ڈوبی ہوئی ہو تو اس کے آثارِ تباہی عام طور پر نظر نہیں آتے۔ مگر تھوڑا عرصہ بعد ہی آنے والی نسلوں کو یقینی علم ہو جاتا ہے کہ وہ بظاہر ایک ایسا نہایت تناور و مضبوط سرسبز و شاداب درخت تھا، جس کی تمام جڑیں دیمک اور دیگر حشرات الارض نے کھا کھا کر کھوکھلی کر رکھی تھیں، اور معمولی طوفان کے ایک ہی جھونکے نے اسے سرنگوں کر دیا۔

اسی طرح دورِ حاضر کی ترقی یافتہ، متمدن اقوام اور ان کی ترقی سے مرعوب اور ان کی گود میں پلنے والی ایشیائی اور افریقی قومیں جو بدکاری و شراب نوشی کو ایک مشغلہ اور تمدنی زندگی کا لوازمہ اور بے ضرر خیال کرتی ہیں، یہ یقین رکھتی ہیں کہ اُن پر کبھی زوال نہ آئے گا۔ اور وہ دن بدن آگے ہی بڑھتی چلی جائیں گی یعنی یہ اشغال ان کی ترقی پر اثر انداز نہیں ہو رہے، اور نہ کبھی ہوں گے۔

بے شک یورپین اقوام علوم و فنون، دولت و ثروت میں آواز سے زیادہ تیز برق رفتاری کے ساتھ ترقی کرتی چلی جا رہی ہیں۔ مگر اسی رفتار کے ساتھ ہر قسم کی عیش و عشرت، بدکاری و بے راہ روی میں بھی ترقی کر رہی ہیں اور اسی تیزی کے ساتھ ان کے خطرناک اور تباہ کن نتائج ان کے سامنے آ رہے ہیں۔ جنسی امراضِ خبیثہ نے، جن کا موجب بدکاری و زناکاری ہوتی ہے، ان ممالک میں وبائی صورت اختیار کر لی ہے۔ اس مصیبت کے ساتھ کثرتِ شراب خوری کی ہلاکت آفرینیوں نے، تمول اور علوم و فنون کی انتہائی ترقی کے باوجود، ان کے برسر اقتدار لوگوں اور حکومتوں کو سخت پریشان کر رکھا ہے، جس کا آئے دن اخبارات، رسائل، کتب اور قومی مجالسِ قانون ساز میں علی الاعلان اعتراف کیا جاتا ہے۔

تقریباً نصف صدی سے ہم دیکھ رہے ہیں کہ یہ اقوام علم و سائنس میں کتنی ترقی کرتی چلی جا رہی ہیں اور اس کے ساتھ بے راہ روی، بے حیائی، بے غیرتی، برہنگی میں یہ لوگ کتنے آگے نکل گئے ہیں کہ تاریخِ عالم میں اس کی کہیں نظیر نہیں ملتی۔ عصمت و عفت، شرافت و غیرت کے نظریے بالکل ہی بدل گئے ہیں۔ وہ واقعات جن کا بیان کرنا اشارتاً یا کنایتاً کوئی شریف

آدمی پسند نہ کرتا تھا، آج علی الاعلان فخریہ بیان کیے جاتے ہیں اور اخبارات میں لکھے اور پردۂ سیمیں پر دِکھائے جاتے ہیں۔

مجھے یاد ہے جب ۱۹۱۷ء میں میرے ایک استاد انگریز پروفیسر نے جماعت میں پڑھاتے ہوئے کہا کہ میری لڑکی اگر اداکار بن جائے تو میں اس پر فخر کروں گا تو مجھ پر اس کا کیا اثر ہوا تھا۔ اس زمانہ میں ایک کتاب میں یہ پڑھ کر کہ یورپین اور امریکن اداروں میں کام کرنے والی کوئی بھی چودہ سالہ غیر منکوحہ لڑکی پاک دامن نہیں ہوتی، میں حیران رہ گیا۔

میں نے تقریباً بائیس سال سے سنیما بینی ترک کر رکھی ہے۔ مگر اخبارات اور اشتہارات سے یہ پتہ چلتا ہے کہ پردۂ سیمیں پر بتدریج برہنگی اور بے حیائی نے پورا قبضہ جما لیا ہے۔ اور کسی تصویر میں جتنا زیادہ ان کا مظاہرہ ہو، اتنا ہی اسے عوام میں مقبولیت حاصل ہوتی ہے۔ اور اس کا جو اثر اخلاق اور صحت و ثبات پر خاص کر کم سن لڑکے لڑکیوں پر ہوتا ہے، اس کا ثبوت ہر متمدن یا نیم متمدن ملک کی عدالتوں ین کم سن مجرمین کے بیانات متعلقہ موجبات و محرکاتِ جرائم سے ملتا ہے۔

لباس آہستہ آہستہ اور انچ بہ انچ، اغراضِ لباس (بدن کی حفاظت) کو نظر انداز کرتے ہوئے، گھٹنا شروع ہوا۔ حتیٰ کہ آج عریانی ایک فیشن بن چکا ہے۔ ہندو ننگے یوگیوں کی مانند الف ننگوں کے کلب بن گئے ہیں، جو غیر معمولی اور بلند پایہ متمدن لوگوں کی آماجگاہ خیال کیے جاتے ہیں۔

امریکن اور یورپین ممالک کے مختلف قوانین کی رُو سے بلوغت کی عمر اٹھارہ سے اکیس برس تک مقرر ہے۔ مگر تقریباً ان تمام ممالک میں آج کل اس عمر سے بہت عرصہ قبل یعنی تیرہ اور بعض دفعہ دس سال کی عمر میں لڑکے لڑکیوں کی ایک بڑی تعداد جنسی تعلقات کے تمام مراحل طے کر کے حمل، وضعِ حمل یا اسقاط کا تجربہ کر چکی ہوتی ہے۔ بلوغت تک پاک دامن رہنے والے تو ان ممالک میں فی زمانہ عنقا ہیں۔ اور نابالغوں میں جنسی امراض سوزاک و آتشک اتنے پھیل چکے ہیں اور ان کی رفتار اتنی تیز ہے کہ بیان نہیں کی جا سکتی۔

میرے ایک دوست نے جو کافی عرصہ ایک مغرب زدہ ایشیائی ملک میں عالمی جنگ اوّل کے بعد مقیم رہے، اس ملک کی یہ حالت بتائی کہ ہر کس و ناکس کی جیب میں امراضِ جنسی کا

ٹیکہ لگانے کی ادویہ اور پچکاری پائی جاتی تھی۔ اور جس کے پاس یہ اشیاء نہ ہوتیں، اسے دقیانوسی خیال کیا جاتا تھا۔

بیورو پال (فرانس) نے اپنی کتاب ٹووورڈز مارل بینک رپٹسی (رُخ بجانب اخلاقی بے مائیگی)، مطبوعہ ۱۹۲۸ء میں عالمی جنگ اوّل کے بعد یورپین اور امریکن ممالک میں بدکاری، جبرالزنا، اسقاط، اور نابالغ لڑکیاں جن کی عمر چودہ برس یا اس سے بھی کم ہوتی، ہزاروں کی تعداد میں اغوا کرنے کے جو واقعات بیان کیے ہیں، پڑھ کر رونگٹے کھڑے ہو جاتے ہیں۔

جوزف کریڈ نے جس نے دنیا کے تقریباً تمام ممالک کے بدکاری کے اڈوں کا بچشم خود معائنہ کرنے کے بعد اپنی کتاب ٹریڈرز ان وومن (عورتوں کے تاجر) لنڈن سے ۱۹۳۹ء میں شائع کی، اتنے دل خراش واقعاتِ ظلم وستم اور لڑکیوں کی تباہی و بربادی کے بالخصوص یورپین اور امریکن ممالک کی لڑکیوں کے اس کتاب میں لکھے ہیں کہ بیان نہیں کیے جا سکتے۔

وہ بیان کرتا ہے کہ ان ممالک کے متمول عیاش مطلوبہ لڑکی کی عمر، نقش و نگار، قدو قامت، رنگ وقوم کا تعین کر کے اس قسم کی کمپنیوں کو جن کے نمائندے تقریباً ہر ملک میں پوشیدہ طور پر کام کرتے ہوئے پائے جاتے ہیں، فرمائش کرتے ہیں اور وہ انہیں ان کے حسبِ منشا لڑکیاں جن کی عمر بالعموم پندرہ سال یا اس سے کم ہوتی ہے، مہیا کرتی ہیں۔ ایسی اغوا شدہ لڑکیاں یہ لوگ دو تین سال پاس رکھ کر پھر کسی بدکاری کے اڈے کے مالک کے پاس فروخت کر دیتے ہیں۔ پھر ان بیچاریوں کا جو حشر وہاں ہوتا ہے، تو بہ ہی بھلی! پچیس چھبیس برس کی عمر میں جب ان کی جوانی اور صحت بالکل تباہ و برباد ہو جاتی ہے، ان اڈوں کے مالک نہایت بے دردی اور سنگ دلی سے انہیں وہاں سے جبراً نکال کر باہر پھینک دیتے ہیں۔ ایسی حالت میں نہ وہ اپنے خاندانوں میں واپس جا سکتی ہیں اور نہ انہیں کوئی پناہ دیتا ہے۔ خستہ حال، بے خانماں، مہلک جنسی امراض میں مبتلا گلی کوچوں میں دھکے کھاتی پھرتی ہیں اور قبل از وقت عین شباب میں موت کی شکار ہو جاتی ہیں۔

ہٹلر نے اپنی سوانحِ حیات (مائین کیمف) میں جرمنی کے نوخیز لڑکے اور لڑکیوں کی بدکاری اور اس سے پیدا ہونے والے جرائم اور جنسی امراض سے متعلق واقعات بیان کرتے ہوئے لکھا ہے کہ عدالتوں میں جب یہ واقعات بیان کیے جاتے ہیں تو انہیں سُن کر ندامت سے

سر جھک جاتا ہے۔

عالمی جنگِ ثانی کے بعد یورپین اور امریکن، اور ان کے زیرِ اثر اقوام میں بدکاری اور عیاشی نے جو رنگ اختیار کر لیا ہے اور جس تیزی سے اس جانب ان اقوام کا قدم اُٹھ رہا ہے، وہ کوئی پوشیدہ امر نہیں ہے۔

ان اقوام کی زبانوں میں، تقریروں اور تحریروں میں کھلم کھلا "غیر منکوحہ یا کنواری ماں" کے محاورے کا عام استعمال بتا رہا ہے کہ بدکاری نے کیا صورت اختیار کر لی ہے اور ان کی بے غیرتی کس حد تک پہنچ چکی ہے۔

مشہورِ عالم انگریز مصنف و ادیب آسکر وائلڈ جس پر انگریز قوم فخر کرتی ہے، کی نسبت حال ہی میں رسالہ ریڈرز ڈائجسٹ جس کی مختلف زبانوں میں کروڑوں کی اشاعت ہے، ایک مقالہ شائع ہوا، جس میں اس کی ناجائز ولادت اور اپنی ماں سے باوجود آسودہ حالی کے، ناروا سلوک کا واشگاف الفاظ میں ذکر کیا گیا ہے۔

برطانیہ کی مجلسِ قانون ساز ہاؤس آف کامنز میں مسٹر کینتھ رابنسن لیبر ممبر نے ایک حالیہ شاہی کمیشن کی سفارشات کی بنا پر ۲۹ر جون ۱۹۶۰ء کو ایک قانون مرتب کرنے کی تجویز پیش کی کہ بتراضی فریقین فعل خلافِ وضع فطری کا ارتکاب کرنے والے بالغ مجرم قرار نہ دیے جائیں۔ گو یہ تجویز مسترد ہو گئی، لیکن شاہی کمیشن کی سفارش اور ایک ممبر کا ایسا قانون تجویز کرنا بتا رہا ہے کہ یورپین تہذیب و تمدن کے علمبردار ملک میں ہوا کا کیا رُخ ہے۔

جب اسی ملک میں کھلم کھلا بدکاری کے ارتکاب اور غیر ملکیوں کی اس پر انگشت نمائی کے باعث سخت سزائیں دینے اور زنانِ بازاری پر کڑی پابندیاں لگانے کا قانون نافذ کیا گیا تو کچھ دِنوں بعد اخبار ڈیلی مرر (۲۱ر اکتوبر ۱۹۶۱ء) نے لکھا کہ لنڈن کی تمام زنانِ بازاری نے اپنے کاروبار کے لیے ایسے پُراسرار طریق اختیار کر لیے ہیں کہ پولیس ان پر قابو نہیں پا سکتی اور بدکاری میں کوئی کمی واقع نہیں ہوئی۔

برطانیہ کے ہاؤس آف لارڈز میں لارڈ کرزن کی بیٹی بیرونس ایونز ڈیل نے یکم جون ۱۹۶۰ء کو بدکاری کے اڈوں کی نسبت تقریر کرتے ہوئے بیان کیا کہ لنڈن کی تمام زنانِ بازاری اب کلبوں میں جا گھسی ہیں اور یہ کلب بدکاری اور عریانی کے مظاہروں کے اڈے بن گئے ہیں۔

ایک اور لارڈ نے کہا کہ اس ملک میں بدکاری کو اب اتنا فروغ حاصل ہو چکا ہے کہ پہلے کبھی نہ ہوا تھا۔

اس کے نتائج ملاحظہ ہوں:

ڈاکٹر جے۔اے۔ سکاٹ لنڈن کنٹر بری کونسل کے میڈیکل آفیسر آف ہیلتھ نے انکشاف کیا کہ لنڈن میں دس فیصد بچے ناجائز پیدا ہوتے ہیں اور ناجائز ولادتیں لگاتار بڑھتی چلی جا رہی ہیں۔ اس کا موجب غیر شادی شدہ ماؤں کی حکام اور نجی اداروں کی جانب سے امداد ہے۔ (اے۔ایف۔پی، ۱۷ر دسمبر ۱۹۵۹ء)

انگلستان جیسے چھوٹے سے ملک میں سرکاری طور پر معلومہ تعداد ناجائز ولادتوں کی تیس ہزار ہے۔ ایسی ولادتیں جو پوشیدہ طور پر ہوتی ہیں اور قبل از وقت بذریعہ اسقاط بچے تلف کیے جاتے ہیں، ان کی تعداد الگ ہے۔ اور یہ امر مسلّمہ ہے کہ انگشت نمائی اور بدنامی کے مقابلے کی ہمت رکھنے والی اور ہر قسم کے خطرات و ذمہ داریوں کو نظر انداز کر کے قدرت کی مقرر کردہ میعاد تک انتظار کر کے قدرتی طور پر وضع کرانے والی ایسی لڑکیاں بہت کم ہوتی ہیں۔ اس لحاظ سے بہت محتاط اندازے کے مطابق انگلستان میں ان کی تعداد تین لاکھ سے کیا کم ہوں گی۔

انتہائے حیا سوزی اور بے شرمی ملاحظہ ہو۔ ۱۸ر جولائی ۱۹۶۱ء کی رائٹر ایجنسی کی اطلاع ہے۔ ونچسٹر کے ڈاکٹر رونلڈ گبسن نے برطانیہ کی طبی انجمن کے اجلاس منعقدہ شیفیلڈ میں نوجوانوں کے جنسی امراض پر بحث کے دوران میں بیان کیا کہ جب ہم میں سے بعض نوجوان تھے تو لڑکیوں کے لیے ہاکی یا پیراکی میں نشانِ امتیاز کا حصول کامیابی خیال کیا جاتا تھا۔ لیکن اب مجھے بتایا گیا ہے کہ کہیں انگلستان کے ایک سکول میں ایک اور قسم کی کامیابی ہے جو حاصل کی جا سکتی ہے، وہ ہے ایک زرد رنگ کی بھدی سی گڑیا کا جیتنا، جو سینہ پر آویزاں کی جاتی ہے۔ اگر کسی کے سینے پر یہ موجود ہو تو اس سے اپنی ہم عصر طالبات پر یہ ظاہر کرنا مقصود ہوتا ہے کہ اس لڑکی نے اپنا کنوار پن کھو دیا ہے۔ العیاذ باللہ!

اسی طرح پہلی بین الاقوامی کانگریس متعلقہ انسدادِ جرائم میں جو ۲۹ر دسمبر ۱۹۵۹ء کو پیرس میں منعقد ہوئی، جب ایک ماہر قانون ڈاکٹر ڈوریاں رولی نے اپنی پیش کردہ رپورٹ میں بتلایا کہ پیرس میں ولادتوں کے مقابل پر اسقاط کی تعداد بہت زیادہ ہے تو مجلس حیران رہ گئی کہ

ولادتیں تو پچانوے ہزار ہوتی ہیں اور اسقاط ڈیڑھ لاکھ۔

امریکن سوشل ہائیجین ایسوسی ایشن کی ۱۹۵۷ء کی رپورٹ کے مطابق نوجوان امریکنوں بالخصوص لڑکیوں میں جنسی امراض رُو بہ ترقی ہیں۔ اس ادارے کے صدر مسٹر فلپ ماتھر (بوسٹن) نے انکشاف کیا ہے کہ نوخیزوں کی بے راہ روی ساری قوم پر چھا گئی ہے۔ اور اس کے بالکل متوازی نوجوانوں میں جنسی امراض کی رَو چل رہی ہے۔ یونائیٹڈ سٹیٹس امریکہ میں ان امراض کے شکار ہونے والوں کی مجموعی تعداد میں نصف سے زیادہ وہ نوجوان ہیں جن کی عمریں گیارہ اور انیس سال کے درمیان ہیں۔ اور بڑے محتاط اندازے کے مطابق امسال دو لاکھ نوجوان جنسی امراض میں مبتلا ہو جائیں گے، اور ان امراض میں ترقی بیس سال سے کم عمر کی لڑکیوں میں نہایت تشویش ناک ہے۔

رائٹر ایجنسی کی لنڈن سے ۱۱ر فروری ۱۹۶۱ء کی خبر ہے۔ کینتھ رابنسن نے ہاؤس آف کامنز میں اپنے ایک مجوزہ قانون پر جس میں قانونی طور پر اسقاط کرانے کی وجوہ کے ایزاد کرنے کی تجویز پیش کی گئی تھی، تقریر کرتے ہوئے بتلایا کہ برطانیہ میں سالانہ ایک لاکھ اسقاط کرائے جاتے ہیں۔ ایک دوسرے ممبر مسٹر ریٹن نے کہا کہ یہ قانون بے اثر ثابت ہوگا کیونکہ ناجائز اسقاط اس لیے نہیں کرائے جاتے کہ حاملہ کی صحت یا جان خطرے میں ہوتی ہے، بلکہ اس لیے کہ وہ اولاد پسند نہیں کرتی۔ بالفاظ دیگر ممبران مجلسِ قانون ساز برطانیہ کے قول کے مطابق یہ کنواری مائیں اپنی ذلت و ندامت چھپانے کے لیے اسقاط کراتی ہیں۔

رائٹر ہی کی ۵ر جون ۱۹۶۱ء کی جوہنسبرگ جنوبی افریقہ سے اطلاع ہے کہ روزانہ اس ملک میں تین ناجائز بچے پیدا ہوتے ہیں۔ اور بیس سال سے کم عمر کی ماؤں میں سے دس فیصد غیر منکوحہ مائیں ہوتی ہیں۔ رفاہِ عامہ کا کام کرنے والے حیران ہیں کہ ان مشکلات کا کیا حل سوچا جائے۔

لیڈی ڈاکٹر میری کالڈیرون میڈیکل ڈائریکٹر خاندانی منصوبہ بندی امریکہ نے اٹلانٹک سٹی نیوجرسی میں ۲۰ر اکتوبر ۱۹۵۹ء کو بیان کیا ”امریکہ میں ناجائز اسقاط ایک وسیع مجلسی وبا کی صورت اختیار کر چکے ہیں۔ اور تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ دو لاکھ سے بارہ لاکھ ہر سال ناجائز اسقاط کرائے جاتے ہیں جن میں سے نوے فیصد مریض اچھے بھلے شریف ڈاکٹروں کی

طرف سے ماہرینِ اسقاط کے پاس بھیجے ہوئے ہوتے ہیں۔" اس نے مزید کہا: "میں اس مسئلہ کا مقابلہ کرنے کے حق میں ہوں۔"

میامی بیچ (فلوریڈا) امریکہ سے اے۔پی۔اے کی ۱۷/ جون ۱۹۶۰ء کی خبر کے مطابق ڈاکٹر جیروم کمر (کیلیفورنیا یونیورسٹی بمقام لاس اینجلز) نے امریکن میڈیکل ایسوسی ایشن کے اجلاس میں بیان کیا "امریکہ میں دس لاکھ سے بھی زیادہ اسقاطِ ناجائز اس سال ہوئے ہیں، یعنی ہر پانچ حاملہ لڑکیوں میں سے ایک (بیس فیصد)۔ اسقاط امریکی زندگی کا جزو معلوم ہوتا ہے۔ لیکن امریکن عوام اس کی حقیقی طور پر موجودگی تسلیم کرنے سے انکار کرتے ہیں۔"

"اسقاط سے متعلق عوام کے رویہ میں تضاد پایا جاتا ہے۔ ڈاکٹر سرکاری طور پر تو اس سے نفرت اور بے تعلقی کا اظہار کرتے ہیں، لیکن اس کی کافی شہادت موجود ہے کہ وہ نجی طور پر اسے برداشت اور قبول کرتے ہیں۔"

اے۔پی۔اے خبر رساں ایجنسی کی خبر مورخہ ۲۲/ اگست ۱۹۵۹ء از واشنگٹن کے مطابق جب یہ انکشاف ہوا کہ غیر شادی شدہ لڑکیوں کے دو لاکھ سے زائد ناجائز بچے یونائٹڈ سٹیٹس میں سالانہ پیدا ہوتے ہیں اور بیس ہزار ایسے بچے بلیک مارکیٹ میں فی بچہ پندرہ سو ڈالر سے تین ہزار ڈالر میں فروخت ہو رہے ہیں اور ازمنۂ ماضیہ کی طرح اس ملک میں بچوں کے فروخت کرنے کے لیے تاجر اور مخفی منڈیاں موجود ہیں، اور بعض دس سالہ لڑکیاں بھی حاملہ پائی گئیں تو ملک میں ایک طوفان بپا ہو گیا اور حکومت سے اخلاقی انحطاط کے خلاف مناسب اقدام کا مطالبہ کیا گیا۔

دیگر یورپین اور امریکن ممالک اور ان کے تمدن سے متاثر ایشیائی اور افریقی اقوام کی بدکاری اور عیاشی میں ترقی کے حالات کا ان کے اخبارات اور رسائل سے پتہ چلتا ہے۔ بالخصوص کرسمس میں اور نیوایئرڈے (نوروز) پر جو مظاہرے اور واقعات رونما ہوتے ہیں، ان سے اندازہ لگایا جا سکتا ہے۔

ماہ اگست ۱۹۶۰ء میں مجلس بین الاقوام کی دوسری کانگریس متعلقہ انسدادِ جرائم و اصلاحِ مجرمین منعقد ہوئی، جس میں دنیا کی ۸۶ حکومتوں نے حصہ لیا۔ سب سے اہم مسئلہ نوخیزوں کی بے راہ روی کا اس کے سامنے آیا۔ اور حیرت میں ڈال دینے والی شہادتیں

نوجوانوں کی گروہ بندیوں کی نسبت دی گئیں جو مختلف ملکوں میں مختلف ناموں سے اپنے آپ کو موسوم کرتے ہیں۔ اور خاص قسم کا لباس پہنتے ہیں۔ ان کے خاص جرائم میں بدکاری اور شراب خوری شامل ہیں۔

''بھارت کی یونیورسٹیوں کا اجتماعی یوتھ فیسٹیول (جشنِ شباب) ہر سال منایا جاتا تھا اور نوجوان طلبہ اور طالبات آزادنہ مراقصہ و ملاعبہ کیا کرتے تھے۔ اور جس دھوم دھام سے وہ رنگ رلیاں مناتے تھے، اس نے تمام یونیورسٹیوں کے وائس چانسلروں کو مجبور کر دیا کہ امسال اپنی کانفرنس میں اس کے خلاف پُرزور آواز اُٹھائیں۔ چنانچہ انہی کی رائے سے اتفاق کرتے ہوئے وزارتِ تعلیم نے ایسے میلے بند کر دیئے۔'' (خبر از دہلی، ۲۰ر جولائی ۱۹۶۰ء)

''اطفالِ عالم کی بے راہ روی'' کے عنوان کے ماتحت بین الاقوامی مجلس (یو۔این۔او) نے جج وُلف (فیڈرل ری پبلک جرمنی) کی مرتبہ رپورٹ مئی ۱۹۶۰ء میں شائع کی ہے۔ اس میں جج موصوف نے بتایا ہے کہ دنیا کے اکثر ممالک میں نوخیزوں کے جرائم کی رفتار تیز ہوگئی ہے۔ جن جرائم کے ارتکاب کا خاص طور پر رپورٹ میں ذکر کیا گیا ہے، ان میں جنسی بے راہ روی بھی شامل ہے۔ یو۔ایس۔ امریکہ میں نہایت سنگین جرائم کے ارتکاب میں سینتالیس فیصد نوعمروں کا حصہ ہوتا ہے۔

یورپین اور اِن کے تمدن کے دلدادہ قولاً یہ تسلیم کرتے ہیں اور اس کا بڑا پروپیگنڈا کرتے ہیں، بلکہ بعض ممالک میں قانون بھی بنا دیا گیا ہے کہ زنا اور کسی غیر منکوحہ کے حمل ہو جانا کوئی جُرمِ قانونی یا اخلاقی نہیں ہے، اور نہ یہ قابلِ ندامت و ملامت ہیں۔ لیکن ان کا عمل بتاتا ہے کہ ان کا ضمیر خواہ وہ کتنا ہی مسخ شدہ ہو، انہیں ملامت کرتا رہتا ہے، اور اس کی آواز دبائے نہیں دبتی۔ اس کے ثبوت میں حسبِ ذیل اُمور قابلِ غور ہیں:

اوّل: کیوں ناجائز جنسی تعلق پیدا کرنے والے مرد و عورت کوشش کرتے ہیں کہ اس فعل کا نتیجہ (حمل) برآمد نہ ہو؟ اور اگر ظاہر ہو جائے تو اسے چھپانے اور ضائع کرنے کی کوشش کی جاتی ہے؟ بلکہ ابتداءً مانعِ حمل ادویہ، ذرائع اور آلات کام میں لائے جاتے ہیں، کامیابی ہو یا نہ ہو۔

دوم: اگر یہ فعل قابلِ ملامت نہیں تو اس کا ارتکاب کرنے والے مردوں میں سے ننانوے فیصد سے بھی زائد اس کے نتائج ظاہر ہونے پر نہایت بزدلانہ طریق سے اس کا اقبال کرنے اور اس

سے متعلقہ ذمہ داریوں کے اُٹھانے سے کیوں گریز کرتے ہیں؟ اور عورت بیچاری کو اکیلا بے یارومددگار، تمام مصائب و آلام، ملامت و ندامت کا سامنا کرنے کے لیے کیوں چھوڑ جاتے ہیں اور انتہائی غداری، بے وفائی اور بے رخی کا ثبوت دیتے ہیں؟ اور وہ مظلومہ وضعِ حمل یا اسقاط تک ہر وقت اسی کش مکش میں رہتی ہے، ہائے اب کیا ہوگا۔ طعن و تشنیع اور دوسروں کی انگشت نمائی کے خیال سے ہی گھلتی چلی جاتی ہے اور اپنی صحت تباہ و برباد کر لیتی ہے۔ اسقاط کی صورت میں بسا اوقات اسے جان کے لالے پڑ جاتے ہیں اور وہ اپنی ساری جوانی، سارا حسن و جذب کھو بیٹھتی ہے۔ چونکہ اس بدی کے اثرات صرف عورت کی ذات میں ظاہر ہوتے ہیں، اس لیے وہ تو مصیبت میں پھنس جاتی ہے اور مرد محفوظ ہوتا ہے، اس لیے وہ انکار کر کے اپنے آپ کو بچا لیتا ہے۔

سوئم: وہی لوگ جو زنا کو ناجائز نہیں سمجھتے، ایسی عورت پر کیوں انگشت نمائی کرتے ہیں؟ پھر بعض ممالک مثلاً انگلستان میں لڑکیوں کے لیے پناہ گاہیں اور مخفی زچہ خانے قائم ہیں، جنہیں ان واقعات کے پردۂ راز میں رکھنے، اور غیر منکوحہ ماؤں کو احساسِ کمتری اور انگشت نمائی سے بچانے کے لیے کلب کے نام سے موسوم کیا جاتا ہے۔

چہارم: ماں کی مامتا ضرب المثل، اس کے اپنے بطن سے پیدا ہونے والے بچے سے اس کی محبت و عشق دنیا میں بے مثال ہے۔ لیکن مقامِ حیرت ہے کہ ندامت و شرمساری، غیروں کی نظروں میں تذلیل اور ان کی انگشت نمائی کا احساس اس قدر اس بدی کا ارتکاب کرنے والی ماں پر مستولی ہوتا ہے کہ وہ مامتا، مثالی محبت و عشق کو بے حقیقت سمجھ کر بُری طرح ٹھکرا دیتی ہے، اپنی جان پر کھیل کر اسقاط کرا لیتی ہے۔ وضعِ حمل ہو تو بچے کو پھینک کر کہیں فرار ہو جاتی ہے۔ بلکہ بعض دفعہ اس کا گلا گھونٹ کر دنیا کے سب سے بڑے جرم قتل کا ارتکاب کرتی ہے، یہ کیوں؟

پنجم: ایسی لڑکی کے عزیز و اقارب بھی ایسے واقعات کو پردۂ راز میں رکھنے کی کیوں کوشش کرتے ہیں؟

ششم: تمام حکومتیں متمدن یا نیم متمدن جب ان کے ممالک میں یہ بدی زیادہ پھیل جاتی ہے، اور اس کے ساتھ اس کے نتائج برآمد ہوتے ہیں، کیوں گھبرا جاتی ہیں اور اس کے انسداد کی

تجاویز سوچتی ہیں؟

واقعاتِ بالا کی روشنی میں یہ عیاں ہے کہ بدکاری صحت و ثباتِ انسانی کے لیے کس قدر ضرر رساں ہے۔ ترقی یافتہ ممالک میں لاکھوں لڑکیاں ہر سال بدکاری کے باعث اسقاط پر مجبور ہوتی ہیں، اور اپنی جان خطرے میں ڈالتی ہیں۔ لاکھوں نوزائیدہ بچوں کے گلے گھونٹ کر انہیں راستوں، غلاظت کے گڑھوں، کنوؤں، نہروں، دریاؤں وغیرہ میں پھینکا جاتا ہے۔ یا انہیں دوسروں کے رحم وکرم پر چھوڑ کر مائیں بھاگ جاتی ہیں۔ یہ تمام افعال قتل کے مترادف ہیں۔

پھر تمام دنیا میں قتل کی واردات کا بیشتر حصہ ایسے قتل ہوتے ہیں، جن کا ارتکاب غیور خاوند یا عورت کے رشتہ دار غیرت کے غیر معمولی جوش میں آ کر کیا کرتے ہیں۔ پس یہ فعل واقعات کی روشنی میں امنِ عامہ اور صحتِ عامہ میں خلل کا موجب ہے۔

یہ بھی واقعاتِ پیش کردہ سے عیاں ہے کہ اس بدی کے بالکل متوازی جنسی امراض بھی بدی کا ارتکاب کرنے والوں میں پھیلتی ہیں۔ اور اس طرح یہ بدی قومی لحاظ سے بھی تباہ کن ثابت ہوتی ہے۔

یہ تاریخی واقعات ہیں جن کا ہم ہرگز انکار نہیں کر سکتے کہ گذشتہ عالمگیر حکومتوں کی مانند عالمِ اسلام کی تقریباً ہر اسلامی حکومت کے زوال و انحطاط کے موجبات میں سے اسلامی تعلیم سے روگرداں ہو کر زنا و شراب میں انہماک بڑا اہم موجب تھا۔ یہ تو زمانۂ ماضی کی باتیں ہیں۔ ہمارے دیکھتے دیکھتے دنیا کی پانچ عظیم ترین طاقتوں میں سے فرانس کا ملک جو دنیا کے عیش و عشرت کی آماجگاہ بنا ہوا ہے۔ تباہی کے گڑھے میں جا پڑا ہے۔ اور باوجود انتہائی کوشش اور ہوا خواہوں کی بے انداز امداد کے اس میں سے نکل نہیں سکتا۔ پسماندہ ایشیائی اور افریقی ملکوں نے اسے بُری طرح مار بھگایا ہے۔ اور باقی ماندہ نو آبادیات میں سے بھی جلد یا بدیر بستر بوریا باندھ کر چل دے گا۔ یہی حال برطانیہ کا ہو رہا ہے۔ اور اس کے زوال کے بہت بڑے بواعث میں سے کثرتِ شراب اور زنا ہیں۔

اب یہ ایک کھلی حقیقت ہے کہ تمام یورپین اقوام مشرقی ہوں یا مغربی ازمنۂ ماضیہ کی اقوام کی طرح اپنے انتہائی تمول، شان و شوکت، ترقیِ علوم وفنون کے باعث عیش و عشرت میں کھو چکی ہیں۔ اب ان کا ان میں سے نکلنا ناممکن ہے۔ اور اس نے ان کی جڑیں کھوکھلی کر دی

ہیں۔ باوجود ان کی اس ظاہری طاقت اور علوم وفنونِ حرب میں بے انتہا ترقی کے کوئی قوم بھی جو ان عیوب سے پاک، منظم اور صحت کے لحاظ سے بہتر ہوگی، ان پر غالب آ جائے گی۔ اور انہیں تباہ و برباد کر دے گی۔ یا یہ آپس میں ہی لڑ بھڑ کر، جیسے کہ آثار ہیں، فنا ہو جائیں گی۔

جیسا کہ بتایا جا چکا ہے، ہر مذہب زنا کے مخالف تعلیم دیتا ہے اور اس سے بچنے کی تلقین کرتا ہے۔ بعض مذاہب میں اس جرم کی نہایت سخت سزا مقرر ہے۔ ہونا بھی یہی چاہیے کیونکہ اس کے نتائج کے پیشِ نظر دوسرے جرائم کی طرح اس کا انسداد بھی نوعِ انسان کی بھلائی اور صحت وثبات کے لیے ضروری ہے۔

گو سب مذاہب نے اس بدی سے روکا ہے۔ لیکن سوائے اسلام کے کسی مذہب نے اس دشمن سے بچنے کے عملی طریق اور اس کے ارتکاب کے بُرے نتائج سے آگاہ نہیں کیا۔ اسلام نے اس کے خلاف ایک زبردست محاذ قائم کر کے نفسِ امّارہ کے سرکش حیوان کو چراگاہ کی حدود کے قریب جانے سے بھی روکا ہے۔ اس کی مبادیات اور محرکات سے روک کر اس کے انتہائی مراحل اور انسان کے درمیان ایک مضبوط دیوار حائل کر دی ہے۔

اس فعل کی ابتدا اور اس کا محرکِ اوّل غیر مرد وعورت کا ایک دوسرے کو دیکھنا ہوتا ہے۔ جب اس سے انسان بچ جائے تو آخری مرحلہ سے بآسانی بچ سکتا ہے۔ اور اپنی صحت و ثبات قائم رکھ کر اپنی زندگی خوش وقت بنا سکتا ہے۔

قرآن کریم (سورۃ نور) میں مسلمانوں کو ارشاد ہے۔ مومن اپنی نگاہیں نیچی رکھیں۔ بے محابا، اِدھر اُدھر نہ دیکھیں۔ اور اپنی آنکھوں، کانوں، منہ اور اعضائے تولید کو محفوظ رکھیں (بدنظری، بُری باتیں سننے یا منہ سے بُری باتیں کہنے اور بدکاری سے)۔ یہ ان کے لیے روحانی، اخلاقی اور جسمانی طور پر پاک وصاف بالفاظ دیگر صحت مند اور تندرست رہنے کا ذریعہ ہے۔ اس طرح مومن عورتیں سوائے اپنے قریبی رشتہ داروں کے اپنی زینت کسی مرد کو نہ دِکھائیں۔ آنکھیں نیچی رکھیں، اور اپنی زینت چھپانے کے لیے پردہ اختیار کریں۔

اسلام نے یہ راہ اس لیے اختیار کی کہ نہ غیر مرد عورت ایک دوسرے کو بے محابا دیکھنے پائیں اور نہ ایسی بدی کی بنیاد قائم ہو جو انفرادی اور قومی صحت وثبات کی دشمن ہے۔ جب اسلام غیر مرد وعورت کا ایک دوسرے کو دیکھنا منع کرتا ہے تو آزادانہ مردوں عورتوں کا میل جول اسلامی

نقطۂ نظر سے اس سے بھی زیادہ ناپسندیدہ امر ہے۔

پھر قرآن میں فرمایا: ''زنا کے قریب بھی نہ جاؤ۔ یہ بہت بُرا فعل اور بہت خراب راستہ ہے۔'' (سورۃ بنی اسرائیل)۔ اس کے قریب نہ جانے سے مراد جیسا کہ اوپر بتلایا جا چکا ہے، اس کی مبادیات و محرکات سے بچنا ہے، جن سے اس بدی کی بنیاد قائم ہوتی ہے۔ اس کا بُرا فعل اور خراب راستہ ہونا واقعات اور نتائج کی روشنی میں ثابت ہے۔

حضرت بانیِ اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے فرمایا: ''زنا جڑیں اکھیڑ دیتا ہے[۱]۔'' ہم بتا چکے ہیں کہ یہ بدی کس طرح دنیا کی ترقی یافتہ قوموں کو تباہ کرتی چلی آئی ہے اور کس طرح زمانۂ حاضرہ میں بعض قوموں کی تباہی و بربادی کا موجب ہو رہی ہے۔ افراد پر بھی اس کی کثرت کا یہی اثر ہوتا ہے۔ انہیں بیخ و بن سے اکھیڑ دیتی ہے اور وہ مختلف اقسام کے مہلک جنسی امراض کا شکار ہو کر تباہ ہو جاتے ہیں۔

زنا و بدکاری کے بدنتائج اور اثرات کے پیشِ نظر اسلام نے قرآنِ کریم میں اسے بڑا سنگین جرم قرار دے کر، اس فعل کے ارتکاب کی سخت سزا مقرر کی ہے۔ یعنی زانی اور زانیہ دونوں کو سو سو دُرّے سرعام لگائے جائیں[۲]۔'' گو سزا سخت ہے۔ مگر جرم بھی نہایت سنگین ہے۔ جو انفرادی اور قومی لحاظ سے زیادہ پھیل جائے تو تباہ کن ثابت ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ قرآن و حدیث میں اس کی جا بجا مذمت کی گئی ہے۔

بایں ہمہ اس کے ثبوت کے لیے قرآن نے نہایت کڑی پابندی رکھی ہے۔ کم از کم چار چشم دید معتبر گواہ ہونے چاہئیں۔ اس سے کم تعدادِ گواہان ناکافی قرار دی گئی ہے۔ اور زنا کی جھوٹی تہمت کے لیے بھی اسّی دُرّوں کی سزا مقرر ہے۔

یورپین اور ان کی اتباع میں اکثر نوتعلیم یافتہ مسلمان اسے وحشیانہ سزا قرار دیتے ہیں۔ خاص کر جب اس فعل کا ارتکاب بتراضیِ بالغ فریقین ہوا ہو۔ لیکن انہیں یہ بھول جاتا ہے کہ توریت میں اس فعل کی سزا سنگساری مقرر ہے اور بعض اور مذاہب میں سزائے موت مقرر ہے۔ اور موجودہ تمدن کے سب سے بڑے علمبردار ملک امریکہ کی بعض ریاستوں میں زنا بالجبر کے ارتکاب بلکہ اس کے اقدام کی سزا پھانسی مقرر ہے۔

---

(۱) الزناء یخرج البناء۔ (۲) سورۃ نور، ا ع۔

خبر رساں ایجنسیوں رائٹر، اے۔ایف۔پی اور یو۔پی۔آئی کی ۳؍جولائی ۱۹۵۹ء کی بیوفورٹ ریاست جنوبی کیرولینا سے مرسلہ خبر ہے۔ ''مقامی عدالت نے ایک گورے کو ایک حبشن عورت سے جبر الزنا کرنے کی اور ایک حبشی کو ایک گوری عورت سے زنا بالجبر کے اقدام کی سزا موت کا حکم دیا۔''

اے۔ایف۔پی کی لاگ رینج ریاست جارجیا سے ۱۲؍اگست ۱۹۵۹ء کی خبر کے مطابق تین حبشیوں کو دو گوری عورتوں سے زنا بالجبر کرنے کی سزا پھانسی دی گئی۔

پاکستانی عہدِ مارشل لاء میں عورتوں کی عزت و ناموس پر حملہ کرنے یا انہیں صرف چھیڑنے یا ہنسی مذاق کرنے کی سزا بید (دُرے) لگانے کی دی جاتی تھی۔

مسٹر رچرڈ بٹلر ہوم سیکرٹری نے بون موتھ میں پولیس آفیسران کی ایسوسی ایشن میں ۲۶؍مئی ۱۹۶۰ء کو بیان کیا۔ ''بدنی سزائیں خاص کر بید لگانے کی سزا انگلستان میں پھر سے جاری کی جائے گی، اور اس میں کم سن بچوں کے بعض جرائم شامل ہوں گے۔''

برطانیہ کی نوآبادیاتِ افریقہ (کینیا وغیرہ) میں ۲۴-۱۹۲۳ء میں جبری عصمت دری کی سزا پھانسی تجویز کی گئی تھی، جس پر اب تک عملدرآمد ہوتا ہے۔

ان سزاؤں کے مقابل پر اسلامی سزائیں تو بہت نرم ہیں۔ اگر اسلامی سزا زنا کی رائج کی جائے تو اس کا اثر نہ صرف افراد پر پڑے گا، بلکہ بہت سے عائلی اور قبائلی فسادات کا سدِ باب ہو جائے گا۔ اور اس بدی میں جس نسبت سے کمی واقع ہوگی، اسی نسبت سے انفرادی اور قومی صحت و ثبات ترقی کرے گی۔

(۱۲)

سیر و سیاحت اور صحت

یہ امر مسلّمہ ہے کہ سیر و سیاحت، تبدیلیٔ آب و ہوا، سفر کی صعوبتیں اور مشکلات بہت حد تک انسانی صحت پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ سفر کرنا بعض بیماریوں کا بڑا مؤثر علاج ثابت ہوتا ہے۔ تندرست آدمی کے لیے بھی سفر مفید ہوتا ہے۔

قرآن کریم میں کئی مقامات پر آتا ہے کہ زمین میں سیر کرو اور قوموں کے حالات کا

مطالعہ کرو کہ کس طرح اُنہوں نے ترقی کی اور پھر کس طرح بدکاریوں کے باعث تباہ و برباد ہو گئیں، اور آنے والوں کے لیے عبرت کا سبق چھوڑ گئیں[۱]۔ ایک جگہ فرمایا: ''زمین میں پھرو اور دیکھو کہ مخلوق کس طرح پیدا ہوئی یا اس کی کس طرح ابتداء[۲] ہوئی۔''

پھر سفر کے دوران میں عبادات و معاملاتِ باہمی کی نسبت قرآن میں احکام و ہدایات بتا رہے ہیں کہ اسلام میں سفر کی کتنی اہمیت ہے۔ سفر مختلف اغراض مثلاً تجارت اور تحصیلِ علم کے لیے اختیار کرنا پسندیدہ امر ہے۔ چنانچہ حضرت رسولِ کریم ﷺ نے اپنی بعثت سے قبل بہت سے تجارتی سفر اختیار کیے تھے اور بعد بعثت بھی سفر فرماتے رہے۔ حصولِ علم کے لیے سفر اختیار کرنا، حضورؐ نے بڑا کارِ ثواب قرار دیا[۳]۔''

پھر سفرِ حج ہر اس مسلمان پر فرض ہے جو بلحاظ مال اور صحت اس کے اختیار کرنے کی استطاعت رکھتا ہو۔ ہر مذہب نے اپنے مذہبی مرکز میں اجتماع کی کوئی نہ کوئی صورت بتائی ہے، تاکہ اس کی پیرو باہمی میل ملاقات سے روحانی طور پر مستفید ہوں۔ لیکن اسلامی مرکز بیت اللہ کا اجتماع یعنی حج نہ صرف روحانی مفاد کے پیشِ نظر قائم کیا گیا ہے، بلکہ صحتِ انسانی کی بہتری بھی اس کا ایک اہم مقصد ہے۔

آسودہ حال لوگ بالعموم سادہ اور مشقت کی زندگی سے جی چراتے ہیں۔ لیکن جب وہ سفرِ حج اختیار کرتے ہیں تو ایک عرصہ کے لیے انہیں اپنے آپ پر جبر کر کے نہایت ہی سادہ زندگی ایک دو کپڑوں میں گزارنی پڑتی ہے۔ پھر حج کی رسوم و مناسک اور عبادات بجالانے کے واسطے کئی دن کھلے کنکریلے میدانوں میں گزارنے پڑتے ہیں۔ بہت سے ان کے اوقات عباداتِ شاقہ میں گزرتے ہیں۔ میدان میں دوڑنا پڑتا ہے۔ روزے رکھنے پڑتے ہیں۔ اور بڑے ہجوم کے ساتھ بیت اللہ کے گرداگرد گھومنا پڑتا ہے۔ جسے طوافِ کعبہ کہتے ہیں۔ الغرض چند دِنوں کے لیے انہیں بڑی محنت و مشقت کی سپاہیانہ زندگی اور وہ بھی گویا کیمپ کی زندگی اختیار کرنی پڑتی ہے۔

یہ سفر ان کی صحت پر اچھا اثر پیدا کرتا ہے۔ اور انہیں مشکلات و مصائب کا مقابلہ

---

(۱) آلِ عمران، ۱۴ع نحل ۵ ع۔ (۲) عنکبوت، ۲ ع۔

(۳) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۱۸۹، ۱۹۷۔

کرنے کی ہمت بخشتا ہے۔

(۱۴)

نیند اور صحت

اللہ تعالیٰ نے انسانی صحت کے لیے نیند بھی اہم اور نہایت مفید بنائی ہے۔ دن بھر کی دوڑ دھوپ، دھندوں اور جھنجھٹوں سے چُور انسان کی بڑی خواہش ہوتی ہے کہ وہ کچھ آرام حاصل کرے تاکہ دوسرے دن تازہ دم ہو کر پھر زندگی کی تگ و دَو میں لگ جائے۔ اور یہ خواہش صرف نیند سے ہی پوری ہو سکتی ہے۔ اس سے ساری تکان اور کوفت دُور ہو جاتی ہے۔ اور بدن کی کھوئی ہوئی قوتیں عود کر آتی ہیں۔

اگر چند دن نیند ترک کر دی جائے یا کسی کو جبراً سونے سے روک دیا جائے تو تھوڑے دِنوں بعد یا تو وہ ہلاک ہو جائے گا یا اسے کوئی خطرناک مرض لاحق ہو جائے گا۔ بعض ممالک میں مجرموں سے اقبالِ جرم کرانے کی غرض سے کئی کئی دِن مسلسل انہیں بیدار رکھنے کا حربہ کام میں لایا جاتا ہے۔

قرآنِ کریم میں متعدد بار نیند کو موجبِ راحت و آرام قرار دیا گیا ہے[1] اور اس کا ترک کر دینا یا مناسب وقت سے کم کر دینا اسلام میں ہرگز پسندیدہ بات نہیں ہے۔ چنانچہ اسلام کی ابتداء میں ہی حضرت بانیٔ اسلام علیہ التحیۃ والسلام کو جب آپؐ رات کا بیشتر حصہ بیداری اور عبادت میں گزارتے تھے، اللہ تعالیٰ نے تاکیدی حکم دیا ''آپ مناسب وقت تک ضرور سویا کریں۔ بے شک رات کا جاگنا نفس کو قابو میں لانے کا بہترین ذریعہ ہے، لیکن اگر آپ طول دیں گے اور تکان سے اپنے آپ کو چُور کر لیں گے (یعنی اپنی صحت برباد کر لیں گے) تو دن کے کام اور دنیا کی ہدایت سے متعلق مہماتِ جلیلہ جو محنت شاقہ چاہتی ہیں، کیسے انجام پائیں گی۔''[2]

حضور علیہ ﷺ کا یہ معمول تھا کہ دوپہر کے کھانے کے بعد تھوڑی دیر استراحت فرماتے۔ یہ آرام کرنا عربی میں قیلولہ کہلاتا ہے۔

(۱) النباء، ا ع۔ (۲) مزمل، ا ع۔

قرآنِ کریم میں گو اس کی نسبت کوئی واضح ہدایت نہیں ملتی، لیکن ضمناً اس کا ذکر آیا ہے۔ سورۃ نور کے آٹھویں رکوع میں جہاں گھر میں داخل ہونے کے لیے خدام اور باشعور نابالغ بچوں کو اجازت حاصل کرنے کا حکم ہے، تین ایسے اوقات بیان کیے گئے ہیں، عشاء کی نماز کے بعد، صبح کی نماز سے قبل اور دوپہر کے وقت جب کپڑے اتار کر آرام کیا جاتا ہے۔

قیلولہ کی سرد ممالک میں تو کم ضرورت پیش آتی ہے، لیکن گرم علاقوں میں کھانا ہضم کرنے اور گرمی کی کوفت اور تکان دُور کرنے کے لیے یہ بہت مفید ہوتا ہے اور اس کے اختیار کرنے سے طبیعت میں تازگی پیدا ہوتی ہے۔ شبِ بیدار لوگوں کی صحت کے قیام کے لیے تو یہ ضروری ہوتا ہے۔ یہ بات مسلّمہ اور تجربہ شدہ ہے کہ بہت زیادہ تکان اور دماغی محنت کے بعد دن میں چند ہی منٹ کی نیند بے حد مفید ثابت ہوتی ہے۔

گھروں میں پیش آنے والے حادثات اور نیند سے متعلق بعض مفید ہدایات:

ہم پہلے یہ بتا چکے ہیں کہ حضور ﷺ نے نمازِ عشاء سے فارغ ہو کر جلد سو جانے اور صبح سویرے جاگ اٹھنے کی تاکید فرمائی ہے جو صحت وثبات کے لیے سنہری اصول ہیں۔ علاوہ ازیں نیند واستراحت سے متعلق حضورؐ نے ایسی ہدایات دی ہیں، جن کی اہمیت وافادیت سے انکار نہیں کیا جا سکتا اور وہ آبِ زر سے لکھنے کے قابل ہیں۔ بعض ان میں سے ایسی بھی ہیں، جن کے اس زمانے میں منکشف ہونے کا دعویٰ کیا جاتا ہے۔

آپؐ نے کسی ایسی چھت پر سونے سے منع فرمایا جس کے آس پاس مناسب بلند منڈیر نہ ہو۔[1]

گرم ممالک میں موسم گرما میں لوگ بالعموم کھلی جگہ یا چھت پر سویا کرتے ہیں۔ کسی ایسی چھت پر سونا جہاں منڈیر نہ ہو، خطرہ سے خالی نہیں ہوتا۔ بعض دفعہ رات کی تاریکی میں سونے والا اچانک یا کسی ضرورت کے لیے اُٹھتا ہے تو ذرا سی غفلت سے جس کا نیند کے باعث بڑا احتمال ہوتا ہے، نیچے گر جاتا ہے۔ بعض لوگ نیند میں ہی چلنا پھرنا شروع کر دیتے ہیں۔ یہ

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۴۴۳۔

بیماری ہوتی ہے۔ پھر نیند میں بسا اوقات انسان بھول چکا ہوتا ہے کہ وہ کہاں اور کیسی جگہ سو رہا ہے۔

میرے ایک دوست کا بیٹا اپنے دومنزلہ مکان کی چھت پر ایک دفعہ منڈیر کے بالکل ساتھ جو کچھ زیادہ بلند نہ تھی، چارپائی بچھائے سو رہا تھا، نہ معلوم کیوں کر بیدار ہوا، منڈیر کی جانب ہی پاؤں لٹکا کر چارپائی سے اُترنے لگا۔ دھڑام سے نیچے زمین پر آن گرا۔ نیچے کُوڑے کا ڈھیر تھا۔ صرف اس کے دونوں بازو ٹوٹ گئے، زمین سخت ہوتی تو جان کھو بیٹھتا۔

فرمایا چراغ گُل کر کے اور آگ بجھا کر سویا کرو۔[1] اوّل تو تاریکی میں مستثنیات چھوڑ کر نیند خوب آتی ہے۔ دوسرے پسماندہ اور غریب لوگوں کے گھاس پھوس کے جھونپڑوں میں آگ لگنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ دنیا میں سی قسم کے لوگوں کی اکثریت ہے۔

آج کل مٹی کے تیل کے چراغ اور لیمپ جلائے جاتے ہیں، بند کمروں میں ان کا دھواں اور گیس مضرِ صحت ہوتے ہیں۔

سونے سے قبل آگ بجھا دینے کا مقصد بھی یہی ہے کہ رات غفلت میں ہوا کے جھونکے سے کوئی چنگاری اُڑ کر کچے اور پھوس کے جھونپڑے کو پھونک نہ دے۔ پھر سردیوں میں بند کمرے کے اندر لکڑی یا کوئلے کی آگ سے اُٹھنے والا دھواں اور گیس بعض دفعہ مہلک ثابت ہوتے ہیں۔

ہاں بجلی کی بتیوں اور شدید سرد علاقوں میں خاص قسم کی انگیٹھیوں سے جن کا رات بھر شدتِ موسم سے بچنے کے لیے گرم رکھنا ضروری ہوتا ہے، اس قسم کے خطرات کم رہ گئے ہیں۔ لیکن دنیا کا بیشتر حصہ ان سہولتوں سے ابھی تک محروم ہے۔

اس زمانہ میں ایک اور چیز اس قسم کے خطرات پیدا کرنے کا موجب ہوئی ہے۔ حُقہ اور سگریٹ کے عادی رات کو بھی پیتے رہتے ہیں۔ نیند میں غفلت زیادہ ہوتی ہے، ان کی ذرا سی بے احتیاطی سے بڑی بڑی عالیشان عمارتیں جل کر خاکستر ہو جاتی ہیں، اور کثیر جانی اور مالی نقصان بھی ہوتا ہے۔

---

(۱) تجرید حصہ دوم، حدیث نمبر ۹۹۳ و ۲۱۱ و ترمذی، جلد دوم، ص ۳ و مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۰۴۱ و ۴۰۴۳۔

ایک اور بڑی مفید ہدایت حضورؐ نے یہ دی۔ رات سونے سے قبل وہ برتن جن میں پانی ہو یا ان میں کھانے پینے کی اور چیزیں رکھی ہوں، اوپر سے ڈھک دینے چاہئیں۔[1] بالعموم ان میں چوہے منہ ڈالتے ہیں۔ کیڑے پتنگے اور موذی جانور گر جاتے ہیں۔ یہ دیکھا گیا ہے کہ جس برتن میں دودھ رکھا ہو، اس کے منہ پر ہی چھپکلی پھر جائے تو دودھ پھٹ جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہمارے یہاں دیہات میں ان مٹکوں اور برتنوں پر جن میں دہی جمایا جاتا ہے، بڑے بڑے بادیے یا جام رکھ دیے جاتے ہیں تاکہ کوئی موذی جانور ان کے منہ کے قریب بھی نہ جانے پائے۔

ایک اور ہدایت ملاحظہ ہو۔ ''بستر پر لیٹنے سے پہلے اسے جھاڑ جھٹک لیا کرو۔''[2] گرم مرطوب علاقوں اور بڑی بڑی کوٹھیوں اور بنگلوں میں جن کے آس پاس باغ ہوتے ہیں، یہ احتیاط بہت مفید ثابت ہوتی ہے۔ ایسے واقعات پیش آتے رہتے ہیں کہ کوئی موذی جانور بستر میں گھس جاتا ہے اور بے احتیاطی میں سونے والے کو کاٹ لیتا ہے۔ اس کا مجھے خود کئی دفعہ تلخ تجربہ ہوا ہے۔

نواڑی پلنگوں میں چوہے تو اکثر اور بعض دفعہ سانپ بھی گھس جاتے ہیں۔ اسی طرح صوفہ سیٹ میں بھی ایسے جانور انڈے بچے دے کر وہاں اپنا مسکن بنا لیتے ہیں۔

کچھ عرصہ ہوا ہمارے علاقہ میں ایک زمیندار کے ڈیرے پر جو گاؤں سے باہر کچھ دُور تھا ایک المناک حادثہ پیش آیا۔ ان کی تیرہ چودہ سال کی ایک لڑکی رات اپنے بستر پر لیٹی ہی تھی کہ چلا اُٹھی ''اری ماں! دیکھنا کوئی چیز میرے کرتے میں گھس گئی ہے اور مجھے کاٹ کھایا ہے۔'' ماں دوڑ کر پہنچی، جھٹکے سے اس کا کرتہ اتار دیا۔ مگر اس کا کرتہ اتارتے اتارے اس چیز نے اسے بھی کاٹ کھایا۔ لڑکی تو دو تین گھنٹہ بعد مر گئی، اور ماں بیچاری ہسپتال میں پندرہ روز پڑی رہی۔ کاٹنے والی چیز نہایت زہریلی قسم کا سپولیا تھا۔

فرمایا، ''دائیں کروٹ سونا چاہیے۔''[3]

''ماہرینِ علم الصحت کہتے ہیں: بائیں جانب دل و معدہ ہوتے ہیں۔ اس کروٹ

---

(۱) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۲۱۱ و ترمذی، جلد دوم، ص ۳۔

(۲) الواح الہدیٰ، ص ۲۳۲، بحوالہ بخاری و مسلم۔

(۳) مشکوٰۃ، جلد اوّل حدیث نمبر ۱۱۳۷ و جلد دوم، حدیث نمبر ۳۳۳۷

لیٹا جائے، تو ان پر دباؤ پڑتا ہے۔ اور اپنا کام جو وہ نیند کے وقت بھی جاری رکھتے ہیں، ٹھیک طرح نہیں کر سکتے۔

پیٹھ کے بل منہ اوپر کر کے نہیں سونا چاہیے[1] اس طرح دل پر دباؤ پڑتا ہے اور ڈراؤنے خواب آتے ہیں۔ بعض دفعہ جب انسان اس طرح لیٹا ہوا ہو اور ہاتھ سینہ پر غفلت میں رکھ لے تو اسے بہت بڑا بوجھ اپنے اوپر گرتا ہوا معلوم ہوتا ہے اور سخت گھبراہٹ پیدا ہوتی ہے۔ اسی طرح بسیار خوری سے بھی بُرے خواب آتے ہیں اور نیند میں بے چینی رہتی ہے۔ اوندھے لیٹنے سے بھی منع کیا گیا ہے۔[2]

فرمایا: رات اُٹھ کر پانی پینا پڑے تو پانی اور اس کا برتن بغور دیکھ لیا جائے، مبادا اس برتن یا پانی میں کوئی موذی جانور ہو۔[3]

گرم علاقوں میں اس احتیاط کی زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔ کیونکہ کیڑے پتنگے گرمی سے بچنے کے لیے پانی والے برتن کے منہ پر جمع ہو جاتے ہیں۔ بعض دفعہ پانی پیتے ہوئے اگر خیال نہ کیا جائے تو کسی ایسے جانور کے منہ میں چلے جانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ موذی ہو تو کاٹ لیتا ہے۔ ایک اخبار میں ایک ایسا ہی واقعہ میں نے پڑھا۔ ایک لڑکا رات کی تاریکی میں پانی پینے کے لیے اُٹھا، گلاس دیکھے بغیر منہ سے لگا لیا۔ کوئی چیز پانی کے ساتھ اس کے حلق میں اُتر گئی اور اُسے گلے میں کاٹ کھایا، لڑکا مر گیا۔ وہ بچھو تھا۔

حضرت رسول کریم ﷺ رات استراحت فرمانے سے پہلے وضو فرما لیا کرتے۔[4] اور تروتازہ ہو کر بستر پر لیٹتے۔ حفظانِ صحت کے پیشِ نظر یہ طریق بڑا مفید ہے۔

گھروں وغیرہ میں عام طور پر پیش آنے والے حادثات کے حفظِ ماتقدم کے لیے آج کل متمدن اور ترقی یافتہ ممالک کی حکومتیں اور رفاہی ادارے ہدایت نامے جاری کیا کرتے ہیں۔ چنانچہ ریڈرز ڈائجسٹ کے اپریل ۱۹۶۱ء کے شمارے کے ساتھ ایک ۲۸ صفحات کا ایسا ہی ہدایت نامہ نشر کیا گیا۔ ایسی ہدایات واقعی بڑی مفید اور کارآمد ہوتی ہیں، اور ان پر عمل نہ کرنا مصیبت مول لینا ہوتا ہے۔ لیکن یہ ہدایات بلند معیارِ زندگی اور خاص ماحول سے تعلق رکھتی

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۴۳۲۔
(۲) مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۴۴۰۔
(۳) تجرید، بخاری، کتاب بدء الخلق۔
(۴) مشکوٰۃ، جلد اول، حدیث نمبر ۱۱۹۵۔

ہیں۔ پسماندہ ممالک اور طبقوں کے لیے وہ کوئی معانی نہیں رکھتیں، کیونکہ انہیں ایسے حادثات سے کم واسطہ پڑتا ہے۔

لیکن حضرت بانیِ اسلام علیہ التحیۃ والسلام کی تعلیم میں جو اپنے اندر ہمہ گیر اور عالمگیر رنگ رکھتی ہے، گھروں وغیرہ میں پیش آنے والے حادثات کے حفظ ماتقدم کے لیے چودہ سو سال قبل کی ایسی عمومی ہدایات پائی جاتی ہیں، جو دنیا کے ہر ماحول میں کام آ سکتی ہیں۔ اور ان میں حسبِ ضرورت کمی بیشی کی جا سکتی ہے۔ بخوف طوالت ہم نے صرف چند مشتے نمونہ از خروارے، ایسی ہدایات پیش کی ہیں، ورنہ یہ ایسا موضوع ہے، جس پر زیادہ تفصیل کی ضرورت ہے۔ زمانۂ حاضرہ میں گھروں وغیرہ میں نیند اور غفلت کے وقت ایسے حادثات دن بدن رُو بہ ترقی ہیں۔ انگلستان جیسے چھوٹے سے ملک میں جس کی آبادی تقریباً چھ کروڑ ہے، ۱۹۵۰ء میں ایسے حادثات سے واقع ہونے والی اموات ۱۹۵۹ء میں تینتیس فیصد زیادہ ہو گئیں۔ اسی ملک میں سالانہ ساڑھے بارہ لاکھ افراد کو ایسے حادثات کے باعث شفاخانوں کی طرف رجوع کرنا پڑتا ہے، اور آٹھ ہزار نفوس لقمۂ اجل ہوتے ہیں۔ صرف تمباکو نوشی (سگرٹوں کے اَن بجھے سروں سے) دس ہزار آتشزدگی کی وارداتیں ہوتی ہیں۔ اس سے دوسرے ترقی یافتہ ممالک میں، پھر ساری دنیا میں ایسے حادثات کا اندازہ لگانا کوئی مشکل امر نہیں۔

(۱۴)

مجلسی اور شہری حفظانِ صحت

قوم افراد سے بنتی ہے۔ افراد صفائی پسند ہوں تو ساری قوم بھی ایسی ہی بن جاتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ شارعِ اسلام علیہ السلام نے افراد کی صفائی و پاکیزگی کی نسبت بہت زیادہ ہدایات دی ہیں اور تفصیلات بیان فرمائی ہیں۔ پھر ہمارے بزرگوں نے جنھوں نے آپؐ کے فرمودات بشکلِ کتبِ احادیث وفقہ جمع کیے ہیں، انھی ہدایات سے جو انفرادی زندگی سے تعلق رکھتی ہیں، ایسی کتابوں کی ابتدا کی ہے اور انھی مسائل پر زیادہ طوالت سے بحثیں کی ہیں۔ لیکن اس کے باوجود مجلسی اور شہری زندگی بھی اس لحاظ سے نظر انداز نہیں کی گئی۔

ہوا، پانی، مکانات و مساجد کی پاکیزگی و صفائی سے متعلق اسلامی احکام مثلاً عبادت

کے دوران میں وضو پر حد بندیاں، جسم ولباس کا پاک وصاف رکھنا، بدبُودار چیزوں کے استعمال کی ممانعت، ایسی ہدایات ہیں جو درحقیقت مجلسی ومعاشرتی حفظانِ صحت سے تعلق رکھتی ہیں۔ اور شہری زندگی پر یقیناً اثر انداز ہوتی ہیں۔ مساجد تو اپنے اپنے علاقہ کے نہ صرف مذہبی بلکہ قومی اجتماعات کے مراکز ہوا کرتے ہیں۔ اور ان کی صفائی سے متعلق ہدایات گویا مجلسی اور شہری رنگ رکھتی ہیں۔

ہم بتا چکے ہیں کہ سایہ دار اور پھلدار درختوں کے لگانے کی اسلام میں بڑی ترغیب دی گئی ہے۔ درختوں، سبزے، پھولوں وغیرہ کا شہری زندگی پر مسلمہ طور پر عمدہ اثر پڑتا ہے۔ زمانۂ حاضرہ میں شجرکاری کا فروغ بھی درحقیقت بانی اسلام ﷺ کا ہی مرہونِ منت ہے۔ کسی اور مذہبی مقتداء نے اپنے پیروؤں کو ایسی اور اس رنگ میں کوئی ہدایت نہیں دی۔ اور مسلمانوں نے ہی دنیا میں شجرکاری کی بڑے پیمانہ پر ابتدا کی تھی۔

چونکہ ان امور پر اس سے قبل کافی بحث کی جا چکی ہے۔ ہم یہاں شہری حفظانِ صحت سے متعلق صرف چند ہدایات پر ہی اکتفا کریں گے۔

یہ پہلے ذکر آ چکا ہے کہ رسولِ کریم ﷺ نے فرمایا جو شخص کسی ایسے درخت کے نیچے جس کے سایہ میں انسان اور مویشی آرام کرتے ہوں یا گذرگاہوں پر بول و براز کرتا ہے، اس پر اللہ تعالیٰ کی لعنت ہوتی ہے۔ حضور ﷺ نے ایک بالکل مختصر فقرہ میں نہایت موزوں اور مؤثر طریق پر مجلسی اور شہری صفائی کی افادیت واہمیت واضح فرما دی ہے۔ اگر ایسے مقامات پر بول و براز کرنا جس کی مقدار بہت محدود ہوتی ہے، اللہ تعالیٰ کی ناراضگی اور اس سے دُوری کا موجب ہوتا ہے، تو کسی جائے عامہ پر غلاظت کے ٹوکرے پھینک پھینک کر انبار لگا دینا جس سے سارے ماحول میں تعفّن پھیل جاتا ہے اور جراثیم پرورش پا کر امراض پھیلانے کا موجب بنتے ہیں۔ اللہ اور اس کے رحیم وکریم بندے شارعِ اسلام کی نگاہ میں کتنا بڑا مذہبی، قومی اور ملکی گناہ اور جرم ہے۔

ایک تاکیدی حکم حضور ﷺ کا وبائی امراض کی نسبت یہ ہے کہ ہیضہ، طاعون وغیرہ اگر کسی شہر میں پھیلے ہوئے ہوں تو وہاں کے باشندے کسی دوسرے شہر میں ہرگز نہ جائیں، کیونکہ وہاں بھی ان کے پھیلنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ اسی طرح دوسرے شہروں کے رہنے والوں کو وبا زدہ

علاقوں میں جانے سے منع کیا گیا ہے[۱]

ہاں وبا سے بچنے کے لیے وبازدہ شہر کے باہر کھلے میدانوں میں جا کر عارضی قیام کرنا منع نہیں ہے۔ یہ بہترین حفظِ ماتقدم ہے۔

گلی کوچوں، راستوں، سڑکوں کی فراخی و تنگی بھی شہری زندگی پر اثر انداز ہوتی ہے۔ قرآنِ کریم میں کھلے اور فراخ راستوں میں کئی جگہ ذکر آیا ہے۔ (سورۃ انبیاء اور نوح)۔ ایک جگہ فرمایا۔ ہم نے زمین میں کھلے راستے بنائے ہیں تاکہ تم ان پر چلو۔ دوسری جگہ فرمایا۔ اللہ تعالیٰ نے تمہارے لیے فراخ زمین بنائی تاکہ اس کے فراخ راستوں پر چلو۔

سڑکوں، راستوں، گلی کوچوں کی فراخی ماحول اور ذرائع نقل و حمل کی نوعیت کے مناسب حال ہونی چاہیے، جو ہر ملک، شہر اور زمانہ کے لوگ خود سمجھ سکتے ہیں۔ حضور ﷺ کے زمانہ میں لوگ گلیوں وغیرہ کی نسبت کسی خاص اصول کی پابندی کم کیا کرتے تھے۔ مگر حضور ﷺ کے پاس ایک مرتبہ گلی کی وسعت کی نسبت تنازعہ آیا تو آپؐ نے سات ہاتھ چوڑا راستہ چھوڑنے کا ارشاد فرمایا[۲]۔ جس سے ظاہر ہے کہ گلی کوچوں کی فراخی اسلام میں پسندیدہ امر ہے۔

حضور ﷺ نے راستوں پر بیٹھنے سے منع فرمایا۔ لیکن اگر بیٹھنا ہی پڑے تو تاکید فرمائی کہ راستے کے حقوق بالفاظ دیگر راہگزروں کے حقوق کی نگہداشت کی جائے۔ راستہ میں کوئی روک نہ ہونے پائے۔ کوئی گندی چیز نہ پھینکی جائے وغیرہ وغیرہ۔

حضورؐ نے فرمایا ''تکلیف دہ چیز راستہ سے ہٹا دیا کرو۔''[۳]

یہ حکم افراد اور قوم پر ایک جیسا حاوی ہے۔ اس پر افراد عمل کریں یا اجتماعی طور پر کمیٹی یا بلدیہ کرے۔ یہ ہدایت راستوں گلی کوچوں کی صفائی وغیرہ سے متعلق ہے۔ اور تکلیف دہ چیز میں غلاظت ہر قسم کی، کانٹے، چھلکے، روڑے پتھر، شیشے وغیرہ کے ٹکڑے یا کوئی اور چیز راستہ میں رکاوٹ پیدا کرنے والی شامل ہیں۔

اگر راستہ پر جھاڑیاں، کانٹے، پتھر یا کوئی اور گندی چیز پڑی ہو تو حضور ﷺ خود اُٹھا کر سڑک کے ایک کنارے کر دیتے اور فرماتے جو شخص راستوں کی صفائی کا خیال رکھتا ہے، خدا

(۱) تجرید بخاری، حصہ دوم، کتاب بدء الخلق، حدیث نمبر ۱۴۷۲۔

(۲) تجرید، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۱۰۷۵۔

(۳) تجرید، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۱۰۷۴ و ترمذی، کتاب الطہارۃ۔

اس پر خوش ہوتا ہے۔[1]

راستہ روکنا، راستوں پر بیٹھنا یا اس میں کوئی چیز ڈال دینا، یا راستہ پر قضائے حاجت کرنا، اللہ تعالیٰ کی ناراضگی کا موجب ہوتا ہے۔[2]

مخلوقِ خدا مساجد، مسافر خانوں اور نہروں سے فائدہ اُٹھاتی اور آرام پاتی ہے۔ اس قسم کے رفاہِ عامہ کے کاموں کا حضورِ اکرم ﷺ نے بڑا اجر بیان فرمایا ہے۔[3]

نماز میں بولنا چالنا، سوائے مقررہ حرکاتِ نماز کے، یا اِدھر اُدھر دیکھنا سخت منع ہے۔ نماز میں کامل توجہ عبادت میں لگا دینے کا حکم ہے۔ لیکن باوجود ان پابندیوں کے اجازت ہے کہ نماز باجماعت بھی ہو رہی ہو اور سامنے سے کوئی موذی جانور سانپ یا بچھو نکل آئے تو اسے مار دینا چاہیے تاکہ وہ کسی کو گزند نہ پہنچائے۔[4] اس سے یہ بھی استنباط کیا جا سکتا ہے کہ کسی ایسے اچانک حادثہ کے روکنے کے لیے جن سے دوسرے لوگوں کو نقصان پہنچنے کا احتمال ہو، نماز چھوڑ دینے میں کوئی ہرج نہیں۔

(۱۵)

میّت اور حفظانِ صحت

ہمارے معروضات نامکمل رہیں گے، اگر ہم انسان کے اس دنیا سے آخری سفر کی نسبت کچھ عرض نہ کریں۔

جب ایک انسان مر جاتا ہے تو اس کا اصولِ صحت و ثبات سے تعلق منقطع ہو جاتا ہے۔ اب اسے صاف سُتھرا رکھا جائے اور اسے اعلیٰ سے اعلیٰ اجلے کپڑے پہنائے جائیں یا گندہ رکھا جائے، اس کے لیے کوئی حقیقت نہیں رکھتا۔ مرنے والے کی نعش سے متعلق جو بھی صحت و صفائی اور پاکیزگی کے طریق اختیار کیے جاتے ہیں، وہ زندہ رہنے والوں کی صحت و ثبات کے واسطے ہی ہوتے ہیں۔

تمام مذاہب و ملل میں میت کی نسبت احکام و ہدایت پائے جاتے ہیں اور معاشرے

---

(۱) مسلم کتاب البر والصلۃ

(۲) مشکوۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۳۰۴ و ۳۲۰۔

(۳) مشکوۃ جلد اوّل، حدیث نمبر ۱۳۳۱۔

(۴) مشکوۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۹۲۴۔

کا یہ ایک اہم پہلو سمجھا جاتا ہے۔

اسلام نے جو ہدایات اصولِ صحت و ثبات کے پیشِ نظر میت سے متعلق دی ہیں، ان میں سے چند ہم عرض کر دیتے ہیں۔[۱]

ایک مریض جب آخری دموں پر ہو، کوئی ایسی چیز مثلاً شہد جو دل کو تقویت پہنچائے، اس کے منہ میں ڈالنی چاہیے۔ مرنے والے کا منہ اور آنکھیں بند کر کے اعضاء ہاتھ پاؤں سیدھے کر دینے چاہئیں۔[۲] موت کے وارد ہوتے ہی جسم میں اکڑاؤ شروع ہو جاتا ہے۔ منہ، آنکھیں کھلی رہیں۔ اور اعضاء ٹیڑھے میڑھے ہو کر اکڑ جائیں تو میت کی شکل بھیانک سی بن جاتی ہے اور اس کے دیکھنے والوں پر بُرا اثر پڑتا ہے۔

چونکہ میّت بہت جلد سڑنا شروع ہو جاتی ہے، لہٰذا اسلام میں یہ ہدایت ہے کہ اس کی جلد از جلد تجہیز و تکفین کر کے اسے دفن کر دینا چاہیے۔[۳]

بڑے بڑے لوگوں کی میّتیں خاص کر یورپین ممالک میں کئی کئی دن تک بغیر دفن کیے گھر میں ہی پڑی رہتی ہیں۔ یہ طریق سخت مضرِ صحت ہوتا ہے۔ آپ کتنی بھی میت کو خوشبو لگائیں، ٹیکے لگائیں، برف کے تودے رکھ کر اس کے کمرے کی یخ بستہ فضا بنا دیں، قدرت اپنا کام کیے بغیر نہیں رہتی۔

اور اگر یہ طریق کسی حد تک میّت کو سڑنے سے روک بھی دیں تو بھی ایسا انتظام ایک خاص طبقہ کے لوگ ہی کر سکتے ہیں۔ دنیا کا بیشتر حصہ اس قسم کے سامان مہیا نہیں کر سکتا۔

اس کے ساتھ میت کے متعلقین اور پسماندگان جب تک وہ دفن نہ کی جائے، رنج و غم میں مبتلا، کھانے پینے اور آرام کرنے سے بہت حد تک محروم رہتے ہیں، جو ان کی صحت پر بُرا اثر ڈالتا ہے۔

لہٰذا اصولِ صحت و ثبات کا یہ تقاضا ہے کہ میت جلد از جلد دفن کی جائے۔ اسلامی

---

(۱) میت سے متعلق تمام کتب فقہ و حدیث میں تفصیلات میں موجود ہیں اور اسلامی دنیا میں تواتر سے ان ہدایات پر عمل ہوتا چلا آ رہا ہے۔

(۲) ریاض الصالحین، مؤلفہ النووی، مطبوعہ مصر ۱۹۳۸ء، طبع اولیٰ مطبع مصطفےٰ البابی الحلبی ص ۴۰۹۔

(۳) تجرید حصہ اوّل، حدیث نمبر ۶۳۱ و مشکوۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۱۵۶۷ و ۱۶۵۱ اور ریاض الصالحین ص ۴۱۳ و ۴۱۴۔

اصول کے مطابق میت کو صاف ستھرا کیا جاتا۔ اس کا اسی طرح وضو کرایا جاتا ہے اور اسے غسل دیا جاتا ہے، جس طرح خود زندہ کیا کرتے ہیں۔ غسل کے پانی میں کافور حل کر کے آخری یا تیسری مرتبہ بدن پر ڈالا جاتا ہے۔ کافور جراثیم کش اور تعفن کو دبا دیتا ہے۔ صاف ستھرے، سفید کپڑے کے کفن میں اسے لپیٹا جاتا ہے[1]۔ اور حسبِ استطاعتِ پسماندگان اُسے مختلف خوشبوئیں لگائی جاتی ہیں[2]۔ تاکہ اس سے خارج ہونے والے مواد دب جائیں اور وہ جلد سڑنے نہ پائے اور زندوں کی صحت پر بُرا اثر نہ پڑے۔ میّت کو غسل دینے والے کے لیے بعد میں غسل کرنا لازمی ہے[3]۔

قبر اتنی گہری ہو کہ میّت کے سڑنے پر باہر تعفن اور بُو نہ نکلنے پائے۔ کسی عزیز کی وفات پر انسان غمزدہ ہوتا ہے۔ حضور ﷺ نے فرمایا غمزدہ انسان کو ایسی غذا کھلانی چاہیے جس سے اس کے دل کو تقویت پہنچے اور اس کا غم دُور ہو[4]۔

(۱٦)

چند عام اصولِ صحت وثبات

عبادت میں لحاظِ صحت وثبات:

تقریباً تمام مذاہب میں مکتی، نجات اور قُربِ الٰہی کے حصول کی غرض سے جان پر طرح طرح کی سختیاں کرنا، ریاضت اور عبادتِ شاقہ کرنا پسند کیا جاتا ہے۔ تجرد اور رہبانیت بھی ان میں بہت بڑی نیکی خیال کی جاتی ہے۔ اور یہ بھی نفس پر ایک قسم کا تشدد ہی ہوتا ہے۔

بعض لوگ تو عبادت کے نام سے اپنی جان پر ایسی سختیاں کرتے ہیں کہ دیکھ کر حیرت ہوتی ہے۔ شدت کی گرمی یا سردی میں کھلے میدان یا لوہے کی چادر پر بیٹھ کر بعض عبادت کیا کرتے ہیں۔ میں نے خود ہندو یوگی عجیب عجیب قسم کی پوجا پاٹھ کرتے ہوئے دیکھے ہیں۔

---

(۱) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۱۵۸۰۔

(۲) تجرید، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۳۰۴ و ترمذی، جلد اوّل، ص ۱۱۸ و ۱۲۷۔

(۳) مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۴۸۹۔

(۴) ترمذی، ابواب الجنائز۔

بعض ہر وقت کھڑے رہتے ہیں۔ بعض ہر وقت اُلٹے لٹکے رہتے ہیں۔ بعض صرف ایک لنگوٹی باندھ کر لوہے کی سیخوں پر بیٹھتے لیٹتے اور ہر کام کرتے ہیں اور یہ سب اسی حالت میں سالہا سال گزار دیتے ہیں۔ ایک یوگی ہمارے شہر میں آیا۔ وہ وسطِ جون کی کڑکتی دوپہر کی دھوپ میں کھلی جگہ ایک چٹائی پر ننگا دھڑنگا صرف ایک چھوٹی سی لنگوٹی باندھے ہوئے بیٹھ جاتا۔ منہ پر کپڑے کی چندیا بھگو کر باندھ لیتا۔ اور اپنے چاروں طرف کئی من لکڑیوں کا ڈھیر لگا کر اور انہیں آگ دے کر بیٹھا رہتا اور کئی گھنٹے اسی طرح آگ کے درمیان بیٹھ کر تپسیا کرتا رہتا۔ اور اس وقت اُٹھتا جب آگ بجھنے لگتی۔ کئی دن تک مسلسل وہ ایسا ہی کرتا رہا۔

گبن نے اپنی تاریخِ زوال و انحطاط سلطنتِ رومہ میں ایک واقعہ لکھا ہے۔ اسلام سے قبل ملک شام میں ایک نوجوان عیسائی نے کھلے میدان میں ایک لمبا بانس گاڑ کر اس کے سرے پر اپنے آپ کو باندھ دیا۔ اور ہاتھوں سے اپنے سینہ پر صلیب کا نشان بنا کر بھوکا پیاسا ایک عرصہ تک لٹکا رہا، حتیٰ کہ وہ ہلاک ہو گیا۔ اور اس زمانہ کے عیسائیوں نے اسے خدارسیدہ اور ولی قرار دیا۔

لیکن اسلام اس قسم کی عبادت سے سخت منع کرتا ہے۔ پہلے یہ بیان کیا جا چکا ہے کہ رسولِ پاک ﷺ کو اپنی بعثت کی ابتداء میں ہی رات بھر بیدار رہ کر عبادت کرنے سے[۱] روکا گیا اور مناسب آرام کرنے کی سخت تاکید کی گئی تھی۔ جب بانیٔ اسلامؐ کے لیے یہ حکم ہے تو ہر مسلم پر لازم ہے کہ وہ اس قسم کی ریاضتوں سے کنارہ کشی اختیار کرے۔ اور ہمیشہ اپنی صحت و ثبات کو ملحوظ رکھے۔ اسلامی تعلیم کی رُو سے اس قسم کی عبادت ہرگز پسندیدہ نہیں اور نہ اس کا کوئی اجر ملتا ہے۔

قرانِ کریم میں صاف طور پر آتا ہے کہ اپنے آپ کو ہلاکت میں مت ڈالو۔''[۲]

ایک مرتبہ رسولِ کریم ﷺ نے اپنی ایک بیوی کے گھر میں رسی لٹکتی ہوئی دیکھی۔ فرمایا یہ رسی کیسی ہے؟ عرض کی گئی، رات جب عبادت کرتے ہوئے نیند آنے لگتی ہے تو اسے سر کے بالوں سے باندھ لیا جاتا ہے، جب ذرا اونگھ آتی ہے تو جھٹکا لگنے سے آنکھ کھل جاتی ہے۔ فرمایا: اس قسم کی عبادت ناجائز ہے۔ ایک عمل اتنا ہی کرنا چاہیے جتنا برداشت ہو سکے اور بسہولت کیا جا

---

(۱) المزمل، ا ع۔ (۲) بقرہ، ۲۴ ع۔

سکے[1]

قرآنِ کریم میں بحالتِ نشہ نماز پڑھنا منع ہے[2]۔ تمام مفسرینِ قرآن اور بزرگانِ اسلام اس پر متفق ہیں کہ نیند بھی ایک نشہ ہی ہوتا ہے۔ جب اس کا غلبہ ہو تو اس وقت نماز نہیں پڑھنی چاہیے۔

ابتدائے اسلام میں جب مسجدِ نبوی کا فرش کچا تھا، تو شدتِ گرمی کے باعث لوگ سجدہ اپنی پگڑی یا ٹوپی پر کرلیا کرتے تھے۔ اور اپنے کُرتوں کی آستینیں آگے بڑھا کر ہتھیلیوں کے نیچے کرلیا کرتے تھے[3]۔

اسلام میں صحت و ثبات کی اہمیت اور اس کا لحاظ رکھنے کا اندازہ اس حکم سے لگ سکتا ہے کہ جب نماز کھڑی ہو اور کسی نمازی کو پیشاب یا پاخانے کی حاجت ہو تو وہ نماز چھوڑ کر پہلے اُس سے فراغت حاصل کرے[4]، ورنہ اس کی نماز ہی نہ ہوگی کیونکہ پیشاب پاخانہ روک رکھنے سے اوّل تو عبادت میں توجہ اور یکسوئی پیدا نہیں ہوتی۔ دوسرے اس سے صحت کے خراب ہونے اور بعض امراض کے پیدا ہونے کا احتمال ہوتا ہے۔

لمبی اُکتا دینے والی نماز پڑھنے سے منع فرمایا۔ اسی طرح امام کے لیے لمبی نماز پڑھانا سخت منع ہے[5]۔

پھر عبادات میں بصورتِ معقول عذر مثلاً بیماری، تکانِ سفر وغیرہ ہر طرح کی سہولت اسلام دیتا ہے۔ مرض یا تکان وغیرہ کے باعث نماز کھڑے ہو کر نہ پڑھی جا سکے تو بیٹھ کر، لیٹ کر یا اشاروں سے پڑھی جا سکتی ہے۔ روزہ سفر و بیماری میں ترک کیا جا سکتا ہے۔ نسوانی طبعی عوارض میں جب کہ طہارت وضو وغیرہ نہیں کیا جا سکتا، بہت سی عبادات عورتوں کو معاف ہوتی ہیں۔ ایسے تمام حالات میں عبادت میں مقررہ و معینہ طریق پر اصرار کرنا، صحتِ انسانی کے تباہ و برباد کرنے کے مترادف ہے۔

حضور ﷺ نے صحت و ثبات کے پیشِ نظر ایک عام اصول تجویز فرمایا کہ اعمال و

---

(۱) ریاض الصالحین، ص ۸۶۰۔ (۲) النساء، ۷ ع۔
(۳) تجرید، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۲۳۱۔ (۴) ترمذی، حصہ اوّل، ابواب الطہارۃ، ص ۲۰۔
(۵) تجرید، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۳۸۵، ۳۸۶۔

عبادت میں میانہ روی اختیار کرو۔[1] نیز یہ فرمایا کہ اللہ تعالیٰ کو وہ عمل زیادہ پسند ہے جس پر انسان ہمیشہ عمل کر سکے۔[2] یعنی جسے وہ اپنی صحت و ثبات کا لحاظ رکھ کر نبھا سکے۔ عبادت کے لیے دھوپ میں کھڑے رہنے اور خاموش رہنے سے منع فرمایا۔ (ریاض الصالحین، ص ۹۱)۔

خود کشی:

ایک انسان جو خودکشی کا ارتکاب کرتا ہے، وہ انتہائی یاس و نا اُمیدی کا شکار ہوتا ہے۔ اسے نہ اپنے آپ پر نہ دوسرے انسانوں پر اور نہ ہی خدا پر بھروسہ رہتا ہے۔ اور وہ اپنی زندگی کے خاتمہ میں ہی اپنی نجات سمجھتا ہے۔ جوانمردی اور بہادری سے مصائب کا مقابلہ کرنے کی بجائے نہایت بزدلانہ طور پر ان سے بھاگتا ہے۔ اسلام چاہتا ہے کہ ہر انسان زندگی کے شدائد و مصائب کا مردانہ وار مقابلہ کرے اور ڈٹا رہے، کوئی نہ کوئی راہِ نجات نکل ہی آتی ہے۔ اس لیے قرآنِ کریم میں نہایت واضح حکم ہے کہ اپنے ہی ہاتھوں سے اپنے آپ کو ہلاکت میں مت ڈالو۔[3]

تقریباً ہر کتابِ حدیث میں خودکشی کرنے والے کی سخت مذمت کی گئی ہے۔ بخاری میں آتا ہے کہ ایسے شخص پر جنت حرام ہوتی ہے۔[4] حتیٰ کہ زیادہ عمر، بیماری یا کسی تکلیف کے وقت موت کی آرزو کرنا بھی سخت منع ہے۔[5]

کھلے ہتھیار لے کر چلنا یا اُن سے کسی کی جانب اشارہ کرنا:

حضرت رسولِ کریم ﷺ نے کھلے تیر بازار میں یا مسجد میں لے کر پھرنے سے منع فرمایا۔[6] کیونکہ کسی کے زخمی ہونے کا احتمال ہوتا ہے۔ بازار اور مسجد جائے عامہ ہوتی ہے۔ اس حکم سے یہ استنباط کیا جا سکتا ہے کہ ایسے مقام پر جہاں لوگ جمع ہوتے ہوں یا پھرتے اور گزرتے ہوں، کسی کھلے ہتھیار کا مثلاً تیر، برچھی، تلوار لے کر پھرنا خطرے سے خالی نہیں ہوتا۔ اسی طرح

---

(۱) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۸۸۳۔ (۲) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۸۸۴۔

(۳) سورۃ بقرہ، ۲۴، ع۔ (۴) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۲۷۰۔

(۵) تجرید حصہ دوم، حدیث نمبر ۷۷۰-۷۷۱-۱۰۲۴-۱۰۲۵۔

(۶) تجرید حصہ اوّل، حدیث نمبر ۲۶۱۔

اِس زمانے میں بھری ہوئی بندوق، پستول وغیرہ لے کر ایسے مقامات پر جانا یا پھرنا مناسب نہیں ہوتا۔

اسلحۂ آتشیں کی نسبت تو دنیا کے تقریباً ہر ملک کے ایسے قوانین ہیں، جن کی رُو سے ہتھیار ایسے مقامات پر بھرے ہوئے لے کر پھرنا ممنوع ہے۔

ایک اور موقع پر حضورؐ نے فرمایا کسی ہتھیار مثلاً تیر، تلوار، برچھی وغیرہ سے کسی کی جانب اشارہ نہیں کرنا چاہیے۔ شاید شیطان اس کے ہاتھوں سے اس ہتھیار کو چھڑا دے اور دوسرا زخمی ہو جائے۔[1]

لوگ بعض دفعہ ہنسی مذاق میں کسی دوسرے کی جانب ہتھیار سے اشارہ کرتے ہیں، گویا اسے ڈراتے ہیں کہ اسے وہ ہتھیار گھونپ دیا جائے گا۔ ہاتھ میں جب کوئی ہتھیار ہو تو بعض دفعہ دماغ پر ایسا اثر پڑتا ہے کہ انسان بے اختیار ہو کر اسے چلا دیتا ہے، اور اس کے نتائج نہایت خطرناک ہوتے ہیں۔

بندوق، رائفل، پستول وغیرہ سے آئے دن حادثات ہوتے رہتے ہیں۔ شکار سے متعلق ماہرین نے جو کتابیں لکھی ہیں، ان میں وہ ہدایت دیتے ہیں کہ کبھی کوئی اسلحۂ آتشیں خالی بھی کسی پر ہنسی مذاق میں نہیں اُٹھانا چاہیے۔ بعض دفعہ بے احتیاطی ہو جاتی ہے، انسان سمجھتا ہے کہ بندوق خالی ہے، مگر بھری ہوئی ہوتی ہے اور حادثہ پیش آ جاتا ہے۔ اچھے شکاری ہمیشہ ہی بندوق یا رائفل بھری ہو یا خالی اس کی نالی کا منہ ایسے رُخ رکھا کرتے ہیں کہ اگر اتفاق سے چل بھی جائے تو چھرّا یا گولی زمین میں جائے یا آسمان کی جانب۔ اور کسی کو گزند نہ پہنچنے پائے۔

آج کل متمدن ممالک میں قانون بھی کسی ہتھیار سے کسی کی جانب اشارہ کرنے سے منع کرتا ہے۔

جمائی، چھینک، ہنسنا اور قہقہہ:

جمائی آئے تو فوراً منہ پر ہاتھ رکھنا چاہیے۔[2] بعض دفعہ جمائی سے جبڑے کھلے کے کھلے رہ جاتے ہیں، اور سخت مصیبت کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ ہاتھ منہ پر رکھ لیا جائے تو اس کا زور

(۱) تجرید حصہ دوم، حدیث نمبر ۱۷۹۔

(۲) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۲۱۳ و مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۴۵۸۔

گھٹ جاتا ہے، اور کسی نقصان کا احتمال کم ہو جاتا ہے۔ اس لیے زور سے جمائی لینا حضورﷺ نے منع فرمایا۔[۱]

بعض دفعہ لوگ جب انہیں چھینک آئے تو خوب زور لگا کر ایک مہیب سی آواز نکالتے ہیں، اس سے حضورﷺ نے منع فرمایا۔[۲] خود ایسے موقع پر حضورﷺ منہ پر کپڑا یا ہاتھ رکھ لیا کرتے۔ اس سے خون کی بعض نالیوں پر دباؤ پڑتا ہے اور ان کے پھٹنے کا احتمال ہوتا ہے، اور ناک سے خون جاری ہو جاتا ہے۔ میرا ذاتی تجربہ یہی ہے۔

بہت ہنسنے اور قہقہے لگانے سے آپ نے منع فرمایا۔ حضورﷺ خود بھی ہنسا کرتے تھے، لیکن ہنستے ہوئے منہ پر ہاتھ رکھ لیا کرتے۔[۳] اس عمل سے منہ زیادہ کھلنے نہیں پاتا۔ بعض دفعہ ہنستے ہوئے یا قہقہہ لگاتے ہوئے جبڑے زیادہ کھل جائیں تو مضرِ صحت ثابت ہوتے ہیں، جیسے جمائی میں ہوتا ہے۔

حال ہی میں اخباروں میں ایک واقعہ بیان کیا گیا کہ کسی شخص نے اپنے گھر میں کسی بات پر قہقہہ لگایا اور کچھ دیر لگاتار رہا۔ پھر کچھ ایسا تسلسل اس کی ہنسی کا شروع ہوا کہ رُک نہ سکا۔ بے تحاشا کئی روز تک لگاتار ہنستا رہا اور قہقہے لگاتا رہا۔ بہت علاج کیے گئے مگر کوئی کارگر ثابت نہ ہوا۔ آخر کار وہ اسی طرح ہنستے ہنستے اور قہقہے لگاتا ہوا جاں بحق ہو گیا۔

ایک مرتبہ حضورؐ نے فرمایا: ''بہت ہنسنا دل مار دیتا ہے۔ اور افلاس پیدا کرتا ہے۔''[۴]

بہت ہنسی مذاق اور قہقہوں کا ردِ عمل غمگینی اور پژمردگی ہوتا ہے۔ اور اس میں تضیع اوقات کے باعث بیکاری اور افلاس پیدا ہوتا ہے۔

بخار:

حضورﷺ نے فرمایا: ''کسی کو تیز بخار ہو تو اس کے سر پر ٹھنڈا پانی ڈالا جائے۔''[۵] اور جب ایسی حالت کسی کی ہوتی تو آپ مشکیزے کے منہ سے ٹھنڈے پانی کی دھار اس مریض

---

(۱) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۸۲۸ و مشکوٰۃ، جلد دوم، حدیث نمبر ۴۴۵۹۔

(۲) ایضاً۔ (۳) شمائل ترمذی، ص ۱۶۔

(۴) كثرة الضحك يميت القلب و تورث الفقر۔

(۵) تجرید بخاری، حصہ دوم، کتاب الطب، حدیث نمبر ۷۸۴، مشکوٰۃ، جلد اوّل، حدیث نمبر ۱۴۲۷۔

کے سر پر ڈلواتے۔

آج کل ایسی حالت میں برف رکھی جاتی ہے۔ اور یہ ہر قسم کے بخاروں میں نہایت سہل اور بڑا مؤثر علاج ثابت ہوتا ہے۔ اور مریض کا دماغ ٹھنڈا ہونے سے اسے بڑی تسکین ہوتی ہے اور بخار کا زور ٹوٹ جاتا ہے۔

مریض کے لیے سہارا:

ہر مریض ہمدردی اور خیر خواہی کا مستحق ہوتا ہے۔ اس سے ہمدردی نفسیاتی لحاظ سے اس کے مرض میں افاقے کا موجب ہوا کرتی ہے۔

حضرت بانیِ اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے بیمار پرسی کی بڑی تاکید فرمائی ہے۔ خود بیماروں کے ہاں تشریف لے جاتے۔ مریض کے ماتھے پر دستِ مبارک رکھتے۔ اسے تسلی دیتے اور اس کے لیے دُعا فرماتے، جس کا مریض کے دل پر گہرا اثر ہوتا۔

حضورؐ کا ایک ارشاد ایسا ہے کہ اس سے ہر لاعلاج مریض کی ڈھارس بندھ جاتی ہے۔ اور ہر معالج، طبیب اور ڈاکٹر کے لیے تحقیق کا دروازہ کھل جاتا ہے۔ اور علمی ترقی کے لیے ایک وسیع اور لامحدود میدان اس کے سامنے آ جاتا ہے۔

فرمایا: ''ہر مرض کی دوا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے کوئی ایسا مرض (دُنیا میں) نہیں بھیجا، جس کے لیے اس نے شفا نہ بھیجی ہو۔''(۱) جس مریض کو یقین دِلایا جائے کہ اس کا مرض لاعلاج نہیں ہے، اس کے بیٹھتے ہوئے دل اور گرتی ہوئی صحت پر کیسا اچھا اثر پڑتا ہے۔ اور معالج کبھی نااُمیدی اور یاس کا شکار نہیں ہوتا۔

کوڑھ:

حضور علیہ ﷺ نے فرمایا: ''کوڑھی سے اس طرح ڈرنا چاہیے، جیسے شیر سے۔''(۲) کوڑھ نہایت خطرناک طور پر متعدی بیماری ہے۔ جس بیچارے کے لاحق ہو جائے، اس کے کان، ناک، اور ہاتھ پاؤں کی انگلیاں جھڑ جاتی ہیں۔ اور وہ بالکل ٹنڈ منڈ کسی کام کے قابل نہیں رہتا۔

---

(۱) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۲۷۷۔

(۲) ایضاً، حصہ دوم، کتاب الطب، حدیث نمبر ۱۸۷۔

اوراس کے بدن میں ایک قسم کا تعفن پیدا ہو جاتا ہے۔

لیکن ایسے مریض سے بھی انسانی ہمدردی سے نہیں روکا گیا۔ اپنے بچاؤ کا لحاظ رکھتے ہوئے، اس سے ہمدردانہ سلوک کرنا چاہیے۔

غصّہ:

کوئی انسان ایسا نہیں ہوسکتا جس میں تھوڑا بہت غصہ نہ ہو۔ اور یہی صفتِ انسانی ہے جو افراد یا اقوام کے مابین بڑے بڑے فسادات اور نقصِ امن پیدا کرنے کا موجب ہوتی ہے۔ اوراس کا اثر انسانی صحت وثبات پر بھی پڑتا ہے۔ شدتِ جذبات کی صورت میں تنفس تیز ہو جاتا ہے، اور خون میں حدّت پیدا ہو جاتی ہے۔

حضور ﷺ نے فرمایا: ''جب غصہ آئے تو اعوذ پڑھنی چاہیے۔ پانی پی لیا جائے، آدمی کھڑا ہو تو بیٹھ جائے یا خاموش ہو جائے۔''[۱]

اس ہدایت کا مقصد یہ ہے کہ انسان کی غصہ کی حالت میں توجہ دوسری جانب ہو جائے تو ہیجان گھٹ جاتا ہے اور غصہ فرو ہو جاتا ہے۔

پھر فرمایا: ''زبردست وہ نہیں جو (کشتی لڑنے میں) اپنے مدِ مقابل کو پٹخ دے، بلکہ زبردست وہ ہے جو غصے کے وقت اپنے نفس کو قابو میں رکھے۔''[۲]

جلدی جلدی چلنا:

حضور ﷺ نے فرمایا: ''جلدی جلدی چلنا چہرے کی رونق مار دیتا ہے۔''[۳]

بعض لوگ عادتاً تیز چلتے ہیں اور بعض آہستہ آہستہ قدم اُٹھاتے ہیں۔ یہ ہدایت ہر انسان کی عادت کی نسبت سے ہے۔ اپنی عادت کے خلاف جب کوئی تیز چلے تو اس کے چہرے سے شگفتگی اور تازگی جاتی رہتی ہے اور گھبراہٹ اور پریشانی ٹپکتی ہے، جس سے صحت پر بھی اثر پڑتا ہے۔

---

(۱) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۲۱۲ (۲) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۸۵۳۔

(۳) سرعة المشی تذهب بهاء الوجه۔

منہ سے کاٹنا:

حضور ﷺ نے فرمایا: ''تم میں سے کوئی ایک دوسرے کو منہ سے نہ کاٹے۔''(۱)

اس ہدایت کی وجہ عیاں ہے۔ ایک انسان کا دوسرے انسان کو منہ سے یعنی دانتوں سے کاٹنا وحشت اور درندگی کے علاوہ سخت مضرِ صحت ہے۔ دانتوں کی بِس بسا اوقات مہلک ثابت ہوتی ہے۔ بچوں کو بالعموم اس کی عادت ہوتی ہے، اس سے اُنہیں روکنا چاہیے۔

(۱۷)

حیوانات کی صحت وثبات

اللہ تعالیٰ کے پیامبر رسولِ عربی ﷺ دنیا کے محسنِ اعظم نے نہ صرف نوعِ انسان کی صحت وثبات سے متعلق بے نظیر و بے مثال ہدایات دی ہیں، بلکہ بے زبان ادنیٰ حیوانات کی نسبت بھی حضور ﷺ کے واضح ارشادات ہیں، جن میں سے چند ہم یہاں بیان کر دیتے ہیں:

۱۔ فرمایا: ''کسی جاندار کو آگ میں نہیں جلانا چاہیے۔''(۲) جب ادنیٰ حیوان کے لیے یہ حکم ہے تو کسی زندہ انسان کو آگ میں پھینکنا اسلامی نقطۂ نگاہ سے کتنا بڑا جرم ہے۔

۲۔ فرمایا: ''مرغی (یا کسی اور جانور) کو باندھ کر اس پر نشانہ کرنے والے پر لعنت ہو۔''(۳)

۳۔ کسی حیوان کو مُثلہ نہیں کرنا چاہیے۔(۴) یعنی اس کے اعضاء کان، دُم، ٹانگیں وغیرہ نہیں کاٹنی چاہئیں یا اس کی آنکھیں نہیں نکالنی چاہئیں۔

قدرت نے جو اعضاء کسی جانور کو دیئے ہیں، ان میں سے کوئی بھی بیکار پیدا نہیں کیا گیا۔ انہیں کاٹ کر گویا جانور کو اِن کے فوائد سے محروم کرنا ہوتا ہے۔

آج کل کُتّوں کے کان اور دُم اور گھوڑوں کی دُم کاٹنے کا عام رواج ہے۔ مکھیوں سے جانور سخت پریشان ہوتے ہیں، اور ان کی دُم اُنہیں اُڑانے میں بڑا کام دیتی ہے۔ خود انسان اپنے ناک پر ایک مکھی بیٹھنے نہیں دیتا، لیکن اپنے معمولی سے آرام یا لطف کی خاطر بے زبان جانوروں کو اس ناگوار مصیبت سے نجات پانے کے ایک ہی ذریعے سے محروم کر دیتا ہے۔

---

(۱) لا یعض بعضکم بعض۔

(۲) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۱۴۰۔

(۳) تجرید حصہ دوم، حدیث نمبر ۳۴۷۔

(۴) تجرید حصہ دوم، حدیث نمبر ۳۵۷۔

حضورﷺ نے فرمایا: ''کسی جانور کی دُم یا ایال نہیں کاٹنی چاہیے، کیونکہ دُم اس کی مورچھل کا کام دیتی ہے اور ایال بستر کا۔''

۴۔ ''کسی جانور کو بھوکا پیاسا نہیں رکھنا چاہیے۔''(۱) حدیث میں آتا ہے کہ ایک شخص نے ایک کتے کو پیاس کے مارے گیلی مٹی چاٹتے ہوئے دیکھا۔ اس نے اپنے موزے میں کنویں سے پانی نکال کر اسے پلایا تو اسے جنت میں داخل کیا گیا۔

۵۔ ''کسی جانور سے زیادہ کام نہیں لینا چاہیے اور نہ اس پر اس کی طاقت سے زیادہ بوجھ لادنا چاہیے۔''

۶۔ ''بیمار اونٹ تندرست اونٹ کے پاس نہ لے جایا جائے۔''(۲) اس ہدایت سے ظاہر ہے کہ دوسرے بیمار جانوروں کی نسبت بھی یہی طریق اختیار کرنا چاہیے۔

۷۔ حضورﷺ کا ایک عام ارشاد ہے: ''کسی جانور کو دُکھ نہیں دینا چاہیے۔ بلکہ کسی مصیبت زدہ جانور کی خدمت موجبِ ثواب ہے۔''(۳)

۸۔ قرآنِ کریم میں آتا ہے: ''نیک بندوں کے رزق میں سائل اور محروم کا حصہ ہوتا ہے۔''(۴) سائل سے مراد ایسے سائل ہیں جو طاقتِ گویائی رکھتے ہیں، یعنی انسان جو اپنے ہم جنس سے مانگ سکتا ہے۔ اور محروم سے مراد وہ جاندار ہیں جو یہ طاقت نہیں رکھتے اور بے زبان ہیں۔ بھوک پیاس کے وقت وہ انسان سے مانگ نہیں سکتے۔ چنانچہ اسلام میں بے زبان جانوروں کُتوں، بلیوں، کووّں، چیلوں، چڑیوں وغیرہ کو پانی اور غذا ان کے حسبِ حال دینا بڑا کارِثواب ہے۔

۹۔ حضورﷺ نے فرمایا: ''کسی جانور کے منہ پر مارنا نہیں چاہیے۔''(۵) اس سے اسے درد زیادہ ہوتا ہے اور اس کے بیکار ہو جانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔

۱۰۔ یہ پہلے بیان کیا جا چکا ہے کہ حضورﷺ نے فرمایا: ''ایسے پھلدار اور سایہ دار درخت لگانا جن کے سایہ کے نیچے انسان اور حیوان آرام کریں اور اس کے پھل کھائیں، بڑا کارِثواب ہے۔'' اسی طرح یہ بھی پہلے ذکر آ چکا ہے کہ حضورؐ نے فرمایا: ''ایسے سایہ دار درختوں کے نیچے بول و براز کرنا جن کے نیچے انسان اور حیوان آرام کرتے ہوں، اللہ تعالیٰ کی ناراضگی مول لینا ہے۔''

---

(۱) ابوداؤد و صحیح بخاری، کتاب الوضو، حدیث نمبر ۱۷۳۔

(۲) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۹۳۔

(۳) تجرید، حصہ اوّل، حدیث نمبر ۷۴۲۔

(۴) الذاریات، ۱۹:۵۱۔

(۵) تجرید، حصہ دوم، حدیث نمبر ۷۳۹۔

۱۱۔ حضرت عبداللہ بن مسعود کہتے ہیں کہ ایک سفر میں ہم نے فاختہ کے دو چھوٹے بچے پکڑ لیے، جس سے ان کی ماں چاروں طرف گھبرا کر اُڑنے لگی۔ حضور ﷺ نے فرمایا بچوں کو چھوڑ دو۔"(۱)

۱۲۔ جانوروں کے منہ پر داغ لگانے سے منع فرمایا۔ اگر نشان ہی لگانا ہو تو پیٹھ پر لگاؤ۔(۲) مسلمانوں نے یہی طریق اختیار کر لیا اور ان کی دیکھا دیکھی یورپ والوں نے بھی جانوروں کی پیٹھ پر نشان لگانے شروع کر دیے۔ اسی طرح اور بہت سی احادیث ہیں جن میں کتوں، بلیوں اور دیگر بے زبان جانوروں اور خاص کر اپنے بار برداری کے جانوروں کو دُکھ دینا، اُنہیں بھوکا پیاسا رکھنا یا ان کی طاقت سے زیادہ کام لینا سخت منع ہے۔ اور انہیں آرام پہنچانا کارِ ثواب قرار دیا گیا ہے۔

ان ہدایات سے ظاہر ہے کہ وہ انسان جو ادنیٰ حیوانات کی صحت و آرام کا اتنا خیال رکھتا تھا، اور ان سے ہمدردی کرتا تھا، اس کے دل میں اپنے ابنائے جنس کی بھلائی، فلاح و بہبود، ان کی صحت و ثبات کے لیے کتنی تڑپ ہوگی۔ اور جذباتِ ہمدردی کس طرح موجزن ہوں گے۔ یہ رنگ ہمیں کسی اور مذہبی مقتدا اور رہنما میں نظر نہیں آتا۔ اور یہ حضرت بانیٔ اسلام علیہ التحیۃ والسلام اور آپ کی پیش کردہ تعلیم کی فوقیت و برتری کی بھاری دلیل ہے۔

زمانۂ حاضرہ میں مغربی حکومتوں کا ادارۂ انسدادِ بے رحمی حیوانات جنہیں انگریزی میں سوسائٹی فار پریونشن آف کریولٹی ٹو اینیملز (S.P.C.A) کے نام سے پکارا جاتا ہے، کا قائم کرنا بتا رہا ہے کہ یہ کام نہایت مستحسن ہے، جس کی جانب بانیٔ اسلام علیہ التحیۃ والسلام نے اپنے پیروؤں کو آج سے چودہ سو سال قبل توجہ دلائی تھی جب کہ دوسری اقوام اس سے بالکل غافل اور لاپرواہ تھیں۔

(۱۸)

حرفِ آخر

ہم نے ان معروضات میں حفظانِ صحت سے متعلق اسلامی تعلیم کے عدیم المثال اور

---

(۱) ریاض الصالحین، ص ۶۱۳۔ (۲) ایضاً، ص ۶۱۲۔

بہترین ہونے کا دعویٰ کیا ہے۔ فلسفی، ماہرینِ علم ونفسیات، ڈاکٹر وغیرہ کسی نظریہ سے متعلق صحیح نتیجہ پر پہنچنے کے لیے ایک دو یا پانچ دس افراد پر نہیں بلکہ سینکڑوں ہزاروں انسانوں پر تجربہ کیا کرتے ہیں۔ اور پھر ان تجربات اور ان کے نتائج سے دوسرے ماہرین فائدہ اُٹھا کر مخلوقِ خدا کو فائدہ پہنچاتے ہیں۔ اسی نہج پر اسلامی تعلیم کا یہ پہلو آزمایا جائے۔

انسانی صحت وثبات کا مسئلہ آج کل قومی اور بین الاقوامی امور میں بہت بڑی اہمیت رکھتا ہے۔ دنیا کی ہر قوم ترقی یافتہ یا پسماندہ نے قومی یا بین الاقوامی سطح پر اس مقصد کے لیے ادارے کھول رکھے ہیں اور حسبِ استطاعت اپنی لاکھوں، کروڑوں یا اربوں روپے خود یا اپنی ہوا خواہ آسودہ حال اقوام سے مدد لے کر صرف کر رہی ہے۔ ایسی حکومت قومی، ملی اور مذہبی تعصّبات اور رجحانات سے بالا ہو کر علمی تحقیقات اور نوعِ انسان کی فلاح و بہبود کی خاطر اگر ان اصول کا اپنے ماہرینِ علم الصحت، اطباء اور ڈاکٹروں کے ذریعے جائزہ لے اور چند افراد پر تجربہ کر کے ان کی صحت وثبات پر ان کے اثرات کا اندازہ لگائے تو جیسا کہ ہم اپنے تجربہ ومشاہدہ کی بنا پر بڑے وثوق سے کہتے ہیں، یہ نہایت مفید ثابت ہوں گے۔ اگر کوئی حکومت بلاخوفِ مخالفت انہیں اپنے ملک میں رواج دے اور اپنے تجربات سے دوسری اقوام کو آگاہ کرے تو وہ مخلوقِ خدا کی بہت بڑی خدمت کرے گی۔

اس غرض کے لیے ایک سہل طریقہ اختیار کیا جا سکتا ہے۔ ایک خاص ماحول سے تقریباً ایک ہی عمر کے سو دو سو بوڑھے منتخب کر لیے جائیں جو ان اصول کی ابتدائے زندگی سے پابندی کرتے رہے ہوں اور اسی یا اس قسم کے کسی اور ماحول سے اسی عمر کے اور اسی تعداد میں لوگ لیے جائیں، جنہوں نے ان اصولوں پر کبھی عمل نہ کیا ہو۔ اور ان دونوں گروہوں کی صحت و تندرستی کا معائنہ، مقابلہ وموازنہ ماہرینِ علم الصحت سے کرایا جائے تو یقیناً اوّل الذکر گروہ میں مؤخر الذکر گروہ کی نسبت صحت مند افراد کی تعداد بہت زیادہ ہوگی۔ اور اوسطاً ان کی عمریں بھی زیادہ ہوں گی۔

پس قارئین سے ہماری آخری گذارش ہے کہ وہ اپنے رجحانات اور نظریات سے بالا ہو کر علمی زاویہ نگاہ سے ان اصولوں پر غور وفکر فرمائیں اور ان سے مستفید ومستفیض ہوں۔

اللہ تعالیٰ کی پہلی صفت جو قرآنِ حکیم کی پہلی آیت میں بیان کی گئی ہے' رب العالمین ہے' یعنی تمام جہانوں کا پیدا کرنے والا' پرورش کر کے درجہ بدرجہ اعلیٰ مقام ترقی پر پہنچانے والا ہے۔ جہاں تک اس صفتِ ربوبیت کا نوعِ انسان سے تعلق ہے' اس میں انسان کی جسمانی اور رُوحانی دونوں ترقیاں شامل ہیں۔ انسانی جسم اور رُوح میں سے ایک کی صحت مندی یا علالت دوسرے پر اچھا یا بُرا اثر ڈالتی ہے' اور اس کی ترقی میں معاون یا مزاحم ہوتی ہے۔

روحانی ترقی کے لیے قرآنِ کریم اور پیغمبرِ اسلام ﷺ نے لاثانی لائحہ عمل تجویز کرنے کے ساتھ ساتھ انسانی صحت و شباب سے متعلق ایسی تعلیم دی ہے جس کی مثال کسی اور شریعت اور مذہب میں نہیں ملتی۔ یہ محض دعویٰ نہیں ہے بلکہ مضبوط دلائل و براہین' شہادات' تجربات و مشاہدات اور حقائق و واقعات پر مبنی ہے۔

فاضل مصنف نے سینکڑوں آیاتِ قرآنی اور احادیثِ نبوی سے استنباط کر کے انسانی زندگی کے ہر مرحلہ اور ہر ماحول کے لیے اسلامی اصولِ صحت انتہائی دلچسپ انداز میں پیش کیے ہیں۔

INSTITUTE OF ISLAMIC CULTURE : LAHORE PAKISTAN

ادارہ ثقافت اسلامیہ